

ВЕСТА

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Июль

№ 7 (254) 2016

16+

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано

в Комитете Российской Федерации по

печати. Рег. № 014813

от 15. 05. 1996 года.

Главный редактор

Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с мнением редакции.

Ответственность за содержание и достоверность сведений в рекламе и объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в «Весте-М», без письменного разрешения редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

10 июня 2016 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 28 июня 2016 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Заказ № 2092.

Тираж 205650 экз.

Общий тираж 427141 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: **VIPISHI.RU**

На первой странице — Наталья

г. Астрахань

КОСМЕТИКА

● Овощное ассорти: маски из моркови, сладкого перца, огурца, помидора, свеклы, кабачка и капусты.

● Никаких черных точек!

● Очки обязывают. ● Аллергия на водостойкость.

● Ярче, еще ярче! ● «Губки бантиком».

● Сохраните щеточки.

САЛОН КРАСОТЫ

● Косы с лентой.

● Оригинальный способ нанесения.

● Дополнительный объем локонов.

● Для гладкости волос.

● Обычная коса на любой случай жизни.

● Для здоровья ваших волос.

● Как воплотить мечту о красивом теле.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

● Лучшее антивозрастное средство.

● Берегитесь излучения. ● Чтобы помнить сны.

● Домашний крем от растяжек.

● Упражнения в песке.

● Уберите ненужные волосы.

● Защита от солнца: важные мелочи.

ЗДОРОВЬЕ

Советуют читатели: пшеничная каша против болезней сердца и мастита; экстракт прополиса лечит диарею; свекла, мед и редька чистят почки.

● Как приготовить талую воду.

● От пяточной шпоры — травы из сада.

● Белая лилия — красавица и целительница.

● Травы, дробящие камни.

● Зеленая аптека: душица, или майоран.

«Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

● Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

● Психолог отвечает на письма читателей.

● Он разведен. Что дальше?

СВОИМИ РУКАМИ

● Туника-фартук и топ с драпированным лифом, связанные на спицах, и топ с открытыми плечами, связанный крючком.

● Жилет — как из журнала.

● Бусы для обуви.

● Были шлепанцы, стали босоножки.

● Шерстяная сумочка.

● Парадная одежда из обычной.

● Окрашивание в стиле тай-дай.

● Шорты с бахромой. ● Морская бижутерия.

● Стильная шляпа.

● Модный купальник своими руками.

ВАШ СТИЛЬ

● Новый топ? Пожалуйста! ● Летнее настроение.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

● Летнее меню.

ХОЗЯЮШКЕ

● Консервные банки — в дело!

● Пометьте фонарик.

● Хозяйке пикника.

● Без льда — никуда.

● Тапочки вместо галош.

● Продлите жизнь футболке.

ИНТЕРЬЕР

● Столы и столики для малогабаритного жилья.

ВАШ САД

● Выращиваем крыжовник.

● Ягода малина.

● Подвесная клумба. Цветочные горшки любого формата.

● Грядки за плетнем.

● Необычное применение покрышек.

● Возите цветы тачками.

МОЛОДОЙ МАМЕ

● Дети и эти... летние дни.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

● Гороскоп с 15 июля по 15 августа.

● Как вы себя чувствуете в купальнике?

ЕСЛИ ХОТИТЕ

● Оптимист и пессимист: гармония неравновесия.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

● Священник отвечает на вопросы читателей.

● Православный календарь на август.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

● Алексей Толстой: музы советского графа.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

● Рецепт от жары — в звездном стиле.

● Две в одной «Голубке»: Юлия Кадушкевич и Мария Куликова.

ЭТИКЕТ

● Хозяйке на заметку.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

● Как выбрать хомяка.

● На прогулку с хорьком.

● Нужны ли витамины морской свинке?

● Вторая собака.

ИСТОРИЯ ЛЮБВИ

● Платок.

НА ДОСУТЕ

● Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

● Случился конфуз. ● пляжные гадалки.

● Самый короткий фильм о любви.

● Опасно: «злопамятные» подушки.

● Сможете ли вы решиться на экстрим?

● Модные тенденции. ● Когда хочется ударить.

● Тут слышу — тут не слышу. ● Я позвоню тебе... потом.

● Часов много не бывает. ● И многое другое.



ВНИМАНИЕ! КОНКУРС «ЛИЦО ВЕСТЫ-2016»!

Ах, лето! Солнце и ветер! Море и горы! Леса и равнины! Путешествия и экскурсии! Шашлыки и фрукты! А главное — девушки-то какие красивые вокруг! Самое время запечатлеть эту красоту, чтобы сохранить на память, а может быть, и послать в газету... Не красоту, конечно, а свое фото. Ведь время летит, и в сентябре мы проводим конкурс «ЛИЦО ВЕСТЫ-2016».

А для этого надо сфотографироваться, причем подойти к этому процессу со всей ответственностью. Ведь не секрет, что каждый год мы получаем от вас, дорогие наши читательницы, тысячи фотографий, а принять участие в конкурсе из них могут меньше сотни. Почему мы каждый год отбраковываем множество фото красивых девушек? Потому что они невнимательно читают и не выполняют ТРЕБОВАНИЯ К КОНКУРСНЫМ ФОТОГРАФИЯМ.

Ведь не зря конкурс называется «ЛИЦО ВЕСТЫ».

На фото должно быть изображено именно ваше лицо, а не фигура.

Нам нужен не групповой снимок на пляже, в лесу или в кафе, а ваш фотопортрет. А для него необходимы: правильное освещение, профессиональный фотограф и такой же фотоаппарат. Тогда получится снимок высокого качества, а не маленькое (чуть ли не то, что делалось на паспорт) фото, размытое и нечеткое, где половина головы не поместилась в кадре.

Из такого снимка невозможно «вытянуть» фото, достойное журнальной обложки.

Милые девушки! Даже если вы очень нравитесь себе на какой-то фотографии, а качество ее оставляет желать лучшего, не присылайте ее. Сфотографируйтесь еще раз! Хотите увидеть свое фото на обложке «ВЕСТЫ»? Внимательно прочитайте эти требования.

1. К участию в конкурсе допускаются только электронные версии снимков объемом не менее 300 КБ, присланные по электронной почте или на электронных носителях — CD.

Фотографии, напечатанные на бумаге, редакция не рассматривает.

2. Снимок должен быть ЦВЕТНЫМ, а его композиция — соответствовать принятой в нашей газете: взгляд в камеру, позитивное настроение.

3. Формат фотографий, снятых цифровой камерой и отправляемых в электронном виде, 24 x 30 см — TIFF 200 DPI.

4. Снимки, подвергнутые компьютерной обработке, не рассматриваются!

5. К фотографиям, отсылаемым в редакцию, необходимо приложить расписку следующего содержания:

«Я, (фамилия, имя, отчество, дата рождения, паспортные данные, домашний почтовый адрес, контактный телефон, адрес e-mail), даю свое согласие на публикацию моей фотографии на обложке газеты «ВЕСТА-М». Дата, подпись.

Носители цифровой информации, присланные на конкурс, не рецензируются и не возвращаются.

ФОТОГРАФИИ, НЕ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ПРИВЕДЕННЫМ ТРЕБОВАНИЯМ, ПРИНИМАТЬ УЧАСТИЕ В КОНКУРСЕ НЕ МОГУТ!

Фотографии девушек в возрасте от 15 до 30 лет, присланные до 30 сентября 2016 года и соответствующие нашим требованиям, примут участие в конкурсе.

Победительница конкурса, занявшая I место, будет признана «ЛИЦОМ ВЕСТЫ-2016», получит соответствующий диплом, а ее фотография украсит обложку нашей газеты, которая выйдет в ноябре, когда «Веста» будет отмечать свой 22-й день рождения.

Девушки, чьи фотографии займут II и III места, тоже получат соответствующие дипломы. Их снимки мы поместим на обложку декабрьского номера 2016 и январского — 2017 года.

Но если вы не найдете своей фамилии в тройке победительниц, а ваше фото будет достойно нашей обложки, возможно, вы увидите себя на обложке одного из номеров «ВЕСТЫ» в 2017 году.

Ждем от вас снимков, соответствующих нашим требованиям, и от души желаем победы.

Редакция газеты «ВЕСТА-М»

Адрес нашей электронной почты: konkurs-vesta@mail.ru



4 Частные проблемы

В моей жизни произошла катастрофа. Меня сократили на работе. Слава Богу, не уволили по какой-то статье, которая закрыла бы для меня двери многих приличных заведений, но все равно, очень обидно, досадно и... страшно! Раньше говорили: «Мы уверены в завтрашнем дне!», и для меня это были просто слова. Теперь я в полной мере осознала, что значит не быть уверенной (а еще хуже — быть неуверенной) в завтрашнем дне.

А это значит, что без постоянной работы ломается вся моя привычная жизнь и я «выпадаю» из рядов занятых людей. А главное — я не могу планировать в жизни абсолютно ни-че-го! ни отпуска (какой отпуск у безработного!), ни выходных (опять же, какие выходные, если один бесцельно прожитый день похож на другой, как две капли воды!), ни шопинга (какой шопинг без денег!) — и вообще, моя жизнь стала совсем никому не нужной.

Конечно, я не собираюсь сидеть сложа руки и верю, что работу я в конце концов найду. Но я отчетливо понимаю, что для успеха в этом направлении нужны не только серьезные мотивы, но и соответствующий настрой.

А в душе только злость на саму себя, досада на обстоятельства и какая-то апатия. Помогите преодолеть этот душевный кризис и настроиться на успех.

К сожалению, как поется в одной песне: «Не прожить нам в мире этом без потерь...», а к потерям, в том числе и потере работы, надо относиться философски, ведь как известно: «Всё, что нас не убивает, делает нас сильнее».

И Господь посылает нам те испытания, которые мы способны вынести. В конце концов это — не смерть. А всё остальное можно преодолеть.

Вполне естественно, что в первые дни, недели, а то и месяцы после увольнения у того, кто лишился работы и стабильного заработка наступает момент шока, а потом может наступить и депрессия, которую допускать ни в коем случае нельзя! Поэтому сначала дайте себе погоревать. Постарайтесь посидеть в одиночестве, чтобы погоревать, испытать к себе всю жалость, на какую Вы только способны. При этом можно поплакать, порыдать, покричать — чем громче, тем лучше. Если Вы чувствуете, что жалость к себе становится слабее, а злость не проходит, поколотите подушку, поругайтесь на тех, кого Вы считаете виновными в сложившейся ситуации — дайте выход отрицательным эмоциям, которые, сидя внутри, могут привести к депрессии.

После такого всплеска эмоций Вы, наверняка, почувствуете слабость и опустошенность. И это хорошо. Вы очистили свою душу от черноты, произвели в ней «генеральную уборку». Теперь можно и отдохнуть: полежать, подумать, а после слез и рыданий полезно поспать.

Проснувшись, начинайте внушать себе, что Вы — умная, трудолюбивая, умеющая общи-

тельная, а главное, Вы — оптимистка, и точно знаете, что темную полосу в жизни обязательно сменит светлая.

Только не опускайте руки и вставайте на путь к новой и счастливой жизни: составляйте резюме и рассылайте по сайтам подходящих организаций, звоните друзьям и знакомым, ищите работу любыми доступными Вам способами.

И у Вас всё получится.

Мы с моим молодым человеком четвертый год живем вместе и, говоря юридическим языком, «ведем общее хозяйство».

Но в жизни это выглядит, по-моему, как-то неправильно: я работаю на две ставки, оплачиваю нашу съемную квартиру, покупаю продукты, делаю все по дому и помогаю своим родителям — и физически, и материально.

А он постоянно «сидит» в Интернете, слишком часто, на мой взгляд, меняет компьютеры, ноутбуки, планшеты, а если появится свободное время, проводит его со своими друзьями.

Я мечтаю о ребенке, но мой бойфренд пока об оформлении наших отношений не заикается, видно, такая жизнь его устраивает. Боюсь, что если дело дойдет до свадьбы, мой муж так и будет жить «прохладной» жизнью, а если у нас будет ребенок, то все семейные проблемы решать придется мне одной. Я не знаю, продолжать такие отношения или нет.

Может, что Вы выбрали роль мамочки для своего инфантильного молодого человека. Если она Вас устраивает, продолжайте создавать ему такую «сладкую жизнь» и готовьтесь нести все семейные тяготы, рассчитывая только на себя. Но имейте в виду, что это может ужасно надоесть. Счастливая семья строится не только на единстве взглядов на жизнь, но и на взаимных устремлениях и общих усилиях создать свой мир — комфортный и счастливый.

Но о какой семье можно мечтать с таким мальчиком-несмышленищем, если он за три с лишним года так и не созрел для предложения руки и сердца? Подумайте хорошенько, может, не стоит терять время на воспитание этого «нетипичного подростка», а употребить его на воспитание своего малыша, предварительно найдя для него достойного и ответственного папу?

Когда я выходила замуж, то была свято уверена, что между любящими людьми должно быть полное доверие — никаких тайн или секретов.

Но все без исключения мои замужние подруги в один голос утверждают, что у женщины обязательно должны быть секреты или, хотя бы, маленькие секретники от мужа, и только полная дура может до конца открыть душу мужчине. Неужели я — одна такая дура? И как можно жить рядом с человеком, зная, что он не до конца с тобой откровенен, а всю жизнь от тебя что-то скрывает?

Полное доверие между любящими людьми — это прекрасно! Но, к сожалению, в жизни бывают такие ситуации, когда что-то скрыть от близкого человека не только не грех, но даже благо. Не зря же в народных поговорках бытуют выражения: «ложь во спасение», «молчание во благо» и даже «меньше знает — крепче спит». Вдумайтесь, ведь в них отражено стремление уберечь ближнего от лишних волнений и переживаний — для его же спокойствия и на благо семьи. Не будем пускаться в конкретику — у всех есть свои тайны и секреты, но заметим, что к каждому такому случаю надо подходить продуманно. Главное — чтобы утаивание каких-то моментов жизни не могло никому навредить.

У меня несколько лет длилась связь с женатым мужчиной. Я понимала, что это неправильно, но отказаться от него не могла — очень любила. Мне и в голову не приходило «уводить» его из семьи, тем более, что у него двое детей, которых он безумно любит. Да и мне он не обещал развестись, но был бы счастлив (как он говорил), если бы у нас с ним был ребенок.

Что это были за фантазии, сказать трудно: возможно, он понимал, что мой возраст (29 лет) подходит к критическому для материнства, может быть, хотел меня таким образом привязать к себе, не исключено, что после рождения нашего ребенка он решится бы на развод с супругой... кто знает, чужая душа — потемки. Но я категорически не хотела его развода — понимала, что буду разлучницей не только в глазах окружающих, но и в своих собственных, так как сделаю несчастными сразу четверых людей (его жену, детей и его самого).

А поскольку на чужом несчастье счастья, как известно, построить нельзя, то я и сама боялась, что мне эта ситуация может выйти боком. Поэтому всегда говорила ему, что меня вполне устраивают наши с ним отношения и никакого штампа в паспорте мне не нужно.

Но все-таки однажды наступил момент, когда я отчетливо поняла всю

НАЕДИНЕ



звонка в дверь я, наконец, почувствовала, как прекрасно жить честно, ничего не скрывая, и какое счастье — просто идти рядом с любимым по улице, не опасаясь, что нас могут увидеть знакомые или родственники...

Целый год я наслаждалась эйфорией от свободы, которую принимала за счастливую нормальную любовь. А потом поняла, что такое тоска по любимому человеку, которого отвергла сама. Я постоянно ощущаю вину за то, что обидела замечательного человека, который не просто не сделал мне ничего плохого — он меня любил!

Может быть, он — моя судьба? Ну и пусть мы никогда с ним не поженимся, потому что он никогда не разведется, но он любит меня, а я не могу заменить его никаким, даже абсолютно свободным мужчиной.

Любовь бывает разная. Она может быть чистой, единственной, на всю жизнь, а может быть порочной и даже преступной. От чего это зависит? От личности, к какой приходит любовь, или от судьбы? Лев Толстой писал: «Сколько на свете сердец, столько и родов любви»

Может быть, именно у Вас и была такая любовь — неправильная — с которой Вы изо всех сил боролись и хотели сохранить в не совсем красивой ситуации благородство и порядочность (хотя бы в собственных глазах). Вот и повторяли своему возлюбленному одну и ту же мысль: «Мне не нужен штамп. Я не хочу делать несчастной твою жену, а твои дети не должны страдать из-за нас». Всплух говорили ему это, а душа молча кричала: «Почему я обречена на запретную любовь? Почему у всех моих подруг нормальные семьи и дети, а я не могу открыто наслаждаться своим счастьем и иметь ребенка от любимого человека?»

Такая постоянная, тянущаяся несколько лет внутренняя борьба между благородством и нормальным для каждой женщины желанием иметь свою семью и детей привела Вас к единственно верному, с Вашей точки зрения, решению: разорвать неправильные отношения и найти человека для правильных. И первое время Вы наслаждались, но не свободой новых отношений, а собственными благородством и решимостью изменить свою судьбу. Теперь Вы понимаете, что замены своему неправильному счастью не нашли, но и вернуть его не получится.

Во-первых, Вы не сможете изменить себе, ведь «ходить назад пятками» Вы не привыкли — решили же для себя, что назад ходу Вам нет, и не дали шанса своему любовнику возобновить былые отношения.

Да теперь и менять что-то уже поздно.

Если Ваш любимый в то время, когда Вы решили разорвать отношения, ничего не предпринял, если сам не понял, что Вы не сможете вечно быть ему только любовницей, теперь начинать все сначала и признаваться ему в том, что так долго и упорно отрицали, Вы уже не сможете.

Но не жалеете ни о чем. Вы приобрели бесценный опыт отношений с женатым мужчиной и теперь, как огня, будете бояться таких любителей адреналина на стороне. Может, все и к лучшему. Надеюсь, прошлой ошибки Вы уже не повторите.

Мой сын уже 10 лет живет своей семьей. У них с женой растет ребенок — прелестная девочка. Но с невесткой мы уже несколько лет не общаемся — виной тому взаимные обиды. Я очень переживаю — и от того, что редко вижу внука, и от того, что с женой сына нет никакого контакта. Сейчас она беременна, и я очень хочу наладить отношения с семьей сына, готова помогать им с малышом, который должен родиться. Но как мне поговорить с ней? Стоит ли вспоминать, из-за чего мы прекратили отношения, или лучше промолчать?

Народная мудрость гласит: «Уступает всегда тот, кто умнее». И Вам, с высоты Вашего жизненного опыта, это должно быть известно. Если начинать мириться с выяснения отношений, разговор может приобрести неприятный характер, а Вашей невестке особенно сейчас, когда она ждет ребенка, лишние волнения абсолютно противопоказаны. Да и Вы, я уверена, теперь уже совсем не так остро воспринимаете давние обиды.

И если уж Вы решили помириться, то надо простить друг другу всё и сразу, не вспоминая и не перечисляя обид.

А лучше всего просто обнимите по-матерински супруга Вашего сына и скажите ей какие-нибудь теплые и ласковые слова.

И больше никогда не вспоминайте о том, что послужило причиной вашего с ней отчуждения. Скорее всего, вы обе с ней виноваты. Вот и не напоминайте ей о ее промахах, и не вините перед ней за свои. Причем, НИ-КОГ-ДА!

Только так, простив друг друга от всей души и забыв все плохое, что произошло между вами, можно наладить отношения. Попробуйте, и, возможно, Вам удастся объединить ваши семьи снова. Во всяком случае, Вы снимете большой груз со своей души.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

двусмысленность своего положения и решила этот порочный круг разорвать.

Было тяжело. Он тоже долго не мог понять, почему я решила прекратить такие долгие, приятные и прочные, как ему казалось, отношения. Просил одуматься, вернуться, обещал сделать всё так, как я захочу. Но я уже решила, и назад ходу мне не было.

Вскоре меня познакомили с мужчиной, не обремененным семьей и детьми — совершенно свободным и в прошлом ни разу не женатым. С ним я почувствовала себя так легко и свободно, что сначала подумала, что это — самое настоящее счастье. И действительно, после нескольких лет постоянной конспирации, любви урывками, вздрагивания от каждого

С ПСИХОЛОГОМ

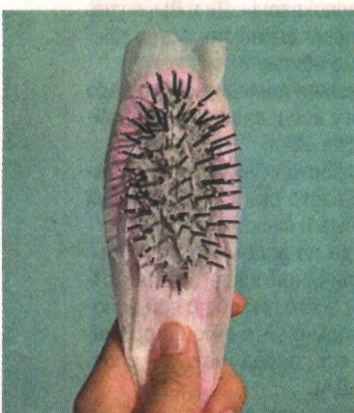


КОСЫ С ЛЕНТОЙ

Для этой простой, но очень эффектной прически потребуются: шарф, лоскут ткани или атласная лента – в тон одежды или контрастного цвета.

- Приколите середину ленты к макушке с помощью невидимки.
- Заплетите косы по обеим сторонам головы, используя ленту как одну из прядей.
- Если будет нужно, обрежьте кончики ленты.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО



ОРИГИНАЛЬНЫЙ СПОСОБ НАНЕСЕНИЯ

Многие из нас пользуются лосьоном, который не дает волосам электризоваться, или солнцезащитным лосьоном для волос. Обычно мы просто брызгаем эти средства на волосы, но при этом они попадают только на верхние пряди, а те, что в глубине, остаются необработанными.

Гораздо удобнее наносить эти средства не прямо на волосы, а на кусочек самого тонкого флизелина, предварительно надев его на массажную щетку так, чтобы зубчики оказались снаружи. Время от времени добавляя средство, вы сможете в процессе расчесывания нанести его практически на каждый волосок.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ОБЪЕМ ЛОКОНОВ

Если вы накручиваете волосы щипцами и хотите, чтобы прическа получилась объемной, делайте это в два этапа.

Сначала накрутите среднюю часть, потом — кончики. При обычной завивке начинают с кончиков, слой волос получается толстым и средняя их часть, которая как раз и дает объем, завивается хуже всего — из-за того, что просто не успевает как следует прогреться. При завивке в два этапа этого недостатка удастся избежать.



ДЛЯ ГЛАДКОСТИ ВОЛОС

Многим очень нравится, когда их волосы абсолютно прямые и гладкие. Но, даже имея такие волосы от природы, они все равно вынуждены использовать утюжок, потому что только что вымытые волосы никогда не бывают идеально гладкими. А ведь можно обойтись и без утюжка, надо только правильно сушить волосы феном.

Покровные чешуйки на волосинках «смотрят» вниз, и, если сушить волосы, беспорядочно водить феном во все стороны, чешуйки от горячего воздуха начинают приподниматься. В результате волосы пушатся, а кончики завиваются. Поэтому:

● сушите волосы не горячим, а теплым воздухом, чуть теплее температуры тела

● держите фен на расстоянии 15-20 см от волос, не ближе

● направляйте струю фена строго по росту волос — сверху вниз. Так покровные чешуйки останутся закрытыми, а ваши волосы будут гладкими и блестящими без утюжка.

Многие считают, что косы — это прическа девочек-школьниц. И ошибаются. На молодых девушках косы смотрятся отлично, надо лишь проявить немного фантазии.

НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Разделите волосы на три пряди так, чтобы две боковые были одинаковыми по толщине, а средняя — потоньше. Заплетите обычную косу. За счет разницы в толщине прядей она будет смотреться очень оригинально. Особенно если толстые прядки немного потянуть в стороны.

ДЛЯ СВАДЬБЫ И ВЫПУСКНОГО БАЛА

Имея длинные волосы, нет нужды беспокоиться о парадной прическе. Самая простая из них — обычная низкая коса, заплетенная из хвоста. Оберните резинку прядью волос, а косу украсьте жемчужинами и розетками из них. Прическа делается легко и быстро, а выглядит изящно и красиво.

Если вам понравилась эта прическа, а длина волос не позволяет ее сделать, ничто не мешает вам нарастить волосы. Это получится не хуже, чем парадная свадебная прическа в салоне.

ОБЫЧНАЯ КОСА НА ЛЮБОЙ СЛУЧАЙ ЖИЗНИ



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

● Измельчите в пюре горсть вишен без косточек и кожицы, добавьте к 2 ст. ложкам вишневого пюре 1 ст. ложку сока лимона или лайма и 2 ст. ложки творога. Перемешайте и нанесите на кожу головы и сухие волосы. Оберните голову полиэтиленовым пакетом и оставьте маску на волосах на 10-15 минут. Затем вымойте голову.

Маска убирает излишнюю жирность кожи головы и волос.

● Налейте в миску 2-3 ст. ложки миндального масла и прогрейте на водяной бане до 40°. Кисточкой нанесите масло на сухие волосы, наденьте шапочку для душа или оберните голову полиэтиленовым пакетом и укутайте полотенцем. Через 30 минут вымойте голову с шампунем и кондиционером и ополосните волосы прохладной водой.

Маска питает сухие волосы, делает их живыми, крепкими и блестящими.

● Смешайте 1 ст. ложку пюре из сладкого перца с 1 ст. ложкой без горки белой глины и 4 ст. ложками кефира — для жирных, или сметаны — для сухих во-

лос. Нанесите смесь на кожу головы массажными движениями, а ее остаток распределите по волосам. Наденьте шапочку для душа. Через 15 минут вымойте голову.

Маска регулирует деятельность сальных желез и укрепляет волосные луковицы, предотвращая выпадение волос.



Лицом к лицу

ОВОЩНОЕ

АССОРТИ

Середина лета — время овощей, богатых витаминами и микроэлементами. Мы выбрали для вас самые легкие овощные маски, которые благотворно влияют на кожу, не перегружая и не утяжеляя ее.



ИЗ МОРКОВИ

После термической обработки концентрация антиоксидантов в моркови увеличивается более чем на 30%, поэтому, если вы провели много времени на солнце с незащищенным лицом, восстановить кожу поможет недельный курс из трех морковных масок.

● Отварите порезанную кружками морковь среднего размера до мягкости, измельчите в пюре, добавьте 0,5 ч. ложки сливочного (для сухой, нормальной и увядающей кожи) или растительного (для жирной кожи) масла, пере-

мешайте и нанесите толстым слоем на лицо. Через 5-6 минут аккуратно снимите маску влажным тампоном и умойтесь водой комнатной температуры.

Маска очищает и питает кожу любого типа.

● Отварите до мягкости 1 небольшую морковь и маленькую репку, остудите, измельчите их в пюре и нанесите толстым слоем на кожу лица на 15 минут, затем смойте прохладным молоком.

Маска отлично очищает уставшую, тусклую кожу

любого типа, возвращает ей здоровый вид.

● Измельчите 1 сваренную или испеченную без соли картофелину в пюре и разведите морковным соком до консистенции густой сметаны. Нанесите чуть теплую маску на кожу лица, а через 15 минут смойте ее теплой водой.

Маска питает и разглаживает кожу любого типа.

ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА

● Разрежьте сладкий перец пополам, удалите семена, а мякоть натрите на мелкой терке так, чтобы в кашницу не попала жесткая кожица. Смешайте перечную

массу с 1 ч. ложкой кашицы из натертой моркови и капусты. Нанесите смесь на лицо, а через 15 минут смойте теплой водой.

Маска питает, освежает и тонизирует кожу любого типа.

ИЗ ОГУРЦА

● Смешайте 1 ст. ложку кашицы из натертого огурца и по 1 ч. ложке хорошо измельченных листиков мяты и базилика. Нанесите смесь на кожу лица и шеи на 15-20 минут, затем снимите маску влажным тампоном и умойтесь прохладной водой.

Маска витаминизирует, увлажняет и освежает кожу любого типа.

НИКАКИХ ЧЕРНЫХ ТОЧЕК!

В подростковом возрасте и при смешанной коже лица самый неприятный недостаток внешности — забитые поры на носу (у некоторых бывают еще на щеках и подбородке), которые выглядят, как черные точки. Обычно после горячего душа или ванны, когда кожа распарена, эти черные точки выдавливаются. Мало того, что нос после этой процедуры приобретает цвет кумача, так еще и не все поры очищаются таким способом. Предлагаем не издеваться над лицом, а использовать для очищения специальную маску.

Разведите белую или голубую глину до консистенции жидкой сметаны, смешайте 1 ст. ложку глины с 0,5 ч. ложки пищевой соды и 0,5 ч. ложки мелкой соли. Нанесите маску на места скопления черных точек, аккуратно помассируйте

и оставьте на коже на 5 минут. Смойте маску и протрите обработанные места ломтиком лимона, чтобы закрыть поры.



ОЧКИ ОБЯЗЫВАЮТ

Все мы носим летом очки. И если те, кто носит очки из-за зрения, знают о некоторых неприятностях, которые доставляют очки, остальные, надевающие очки только в солнечную погоду, о них и не подозревают.

Неправда ли, смешно, когда молодая девушка, как рассеянная старушка, постоянно поправляет очки, сползающие с переносицы.

В чем дело?

● Оправа велика и очки не держатся на переносице.

● Косметические средства подтапливают на солнце, и очки скользят по слишком жирному крему или тональному средству.

Что делать?

● Купите подходящие по размеру очки, которые будут плотно сидеть на

переносице. Но не переусердствуйте.

Слишком тугие очки оставляют на носу красные следы, которые долго не проходят. Когда вы снимете очки в помещении, ярко-красные пятна на лице будут очень заметны.

● Выбирайте солнцезащитное средство самой тонкой текстуры и давайте ему полностью впитаться перед выходом на улицу. А лучше в жару вообще откажитесь от тонального средства или, по крайней мере, не наносите его на те места, где сидят очки.

И еще.

● Даже если вы решили на время жары совсем отказаться от макияжа, оставьте на губах хотя бы помаду: в очках с большими и темными линзами вы будете выглядеть, как блин в очках. Помаду или блеск для губ выбирайте ягодного оттенка.

● Если вы сделали аккуратный гладкий низкий пучок, наденьте очки дома перед зеркалом. Дужки очков, когда вы станете проталкивать их к ушам сквозь волосы, могут вытянуть отдельные пряди. А на улице вы этого не увидите. Кстати, дужки очков всегда должны быть под волосами и никогда поверх них.



ОТВЕТЫ мам



Моей племяннице 3 года, а она говорит всего несколько слов (мама, баба). Говорят, что причиной такого позднего развития речи служит перенесенная энцефалопатия. Правда ли это? Так она все понимает, приносит все, что попросишь. Родители говорят: «научится» или «она же все понимает».

Подскажите, что делать.

Вы правильно заметили, что ваша племянница отстает в развитии. В конце второго — начале третьего года жизни в речи ребенка должны появляться предложения из двух слов, которые постепенно удлиняются; встречаются предложения, состоящие из пяти слов. В основном их составляют глаголы, существительные и прилагательные («дай пить», «иди тут», «там собачка»).

Попробуйте сами помочь ребенку. С малышом нужно говорить и обязательно слушать его ответы, ведь ребенок нуждается в собеседнике. Ему нужен человек, который не просто что-то говорит ему, но и реагирует на то, что хочет сказать малыш. Если мама не готова разговаривать с малышом, или у нее нет времени на общение, развитие речи ребенка будет замедленным, а словарный запас очень скудным. Пусть малыш рассказывает вам о том, что он хочет или делает, а вы помогайте употреблять хорошо известные ему слова. На прогулке показывайте крохе новые предметы и рассказывайте о них. Ваша речь должна быть правильной, слова и фразы произносите четко. Новое слово проговаривайте отдельно и в составе предложения. Не копируйте произношение ребенка, не сюсюкайте с ним. Ваша речь должна служить для него образцом. Читайте с ребенком книги, в которых есть иллюстрации. Учите показывать на картинках предметы, которые он знает. Но если вы регулярно делаете все это, а прогресса нет, надо обратиться к специалистам: логопеду, невропатологу, психологу. Возникнув в детстве, речевое нарушение без

квалифицированной помощи логопеда закрепляется и преодолевается с большим трудом, а может сохраниться и на всю жизнь.

Существует много причин, способствующих задержке речевого развития у детей. Биологические — инфекционные заболевания; обменные расстройства; травмы головного мозга (родовые и послеродовые) и др.

Социальные — особенности воспитания; дефицит информации.

Для лечения задержки темпов речевого развития необходимо комплексное курсовое медикаментозное лечение, логопедическая программа и психологическая поддержка, оказываемая родителями и детям.

При проведении комплексного лечения используются медикаментозные препараты, воздействующие одновременно на все звенья речевого нарушения (снижающие внутричерепное давление, улучшающие питание нервных тканей, рассасывающие средства, сосудистые препараты, витамины, противосудорожные препараты, средства, регулирующие эмоционально-поведенческие реакции).

А для стимуляции питания головного мозга, улучшения памяти, повышения продуктивности мышления, умственной и физической работоспособности — кортексин, фенотропил, энцефабол и др.

**На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА**

**На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА**



Мне 20 лет. У меня была серьезная дисплазия шейки. Недавно сделали конизацию. Мне объяснили, что рак шейки матки вызывают инфекции, поэтому нужно обследовать полового партнера. У моего парня не обнаружили ничего, кроме ВПЧ 16 и 18-го типов. Жалоб у него нет. Как я понимаю, это те самые вирусы, которых надо бояться. Вот теперь я и боюсь! Что нам делать: расстаться или можно как-то справиться с инфекцией?

также использовать презерватив в течение полугода после окончания лечения. Затем производят контрольные анализы, по которым ориентируются в ситуации. Все-таки папилломавирус, в отличие, например, от вируса простого герпеса, может быть изгнан из организма своими силами или с нашей помощью.

Мне 25 лет. Раньше никакими половыми инфекциями не болела. К гинекологу хожу регулярно, так как у меня хронический аднексит. Но мазки в последние 2 года постоянно хорошие. Полгода встречаюсь с парнем, собираюсь за него замуж. За это время никаких посторонних связей у меня не было. Недавно он стал жаловаться на какие-то выделения. Сходил к доктору, у него обнаружили гонорею. Он обвиняет меня, говорит, что до общения со мной проверялся, и было все хорошо. Я не знаю, что и думать: может, он мне изменяет, а сваливает на меня? А если нет? Возможно ли такое, чтобы я болела гонореей и не знала об этом? И мазки ведь хорошие!..

Возможны оба варианта. Тем не менее, парень, скорее всего, говорит правду. Такая ситуация, когда женщина не знает о наличии гонококковой инфекции, встречается весьма редко. Это связано с анатомией женских половых органов. Гонококк предпочитает внедряться в цилиндрический эпителий. А таковой расположен не во влагалище (там плоский), а в канале шейки матки. Поэтому, в большинстве случаев, женская гонорея или проявляется очень незначительной симптоматикой, или вообще не проявляется, хотя в это же время имеет место носительство инфекции. Инфекция потихоньку распространяется выше: скорее всего, отсюда и хронический аднексит.

Таким образом, каждая медаль имеет две стороны. С одной стороны, ситуация с партнером, когда выявляется венерическая инфекция, мягко говоря, неприятна. С другой стороны, эта ситуация, похоже, выявила Вашу скрытую проблему, что даст возможность провести адекватное лечение. Кроме того, если ваша пара достойно перенесет данные трудности, есть надежда на рождение крепкой семьи.

Ну, разбрасываться хорошими парнями в наше время непозволительная роскошь! Если ВПЧ 16, 18-го типов — его единственный недостаток, то это совсем уж расточительно. А если серьезно, то в таких случаях рекомендуется провести противовирусное лечение полового партнера, а

КАК ВОПЛОТИТЬ МЕЧТУ О КРАСИВОМ ТЕЛЕ

Вам не надо заниматься спортом, чтобы укрепить здоровье. У вас вес, который соответствует росту и возрасту плюс-минус пять килограммов. Но, глядя на себя в зеркало, вы не радуетесь, потому что мышцы дряблые и провисают во многих местах, ноги вроде бы прямые, а какие-то хилые, папа, как говорит сейчас молодежь, жидкая, так и норовит «стечь» к бедрам. Вот и получается, что, имея достойную фигуру, можно быть ею недовольной. Потому что она не выглядит здоровой. В теле не заметно упругих мышц и энергии, которая их наполняет. Конечно, хороший фитнес-тренер поможет вам выстроить скульптурное тело. Правда, за такую плату, которую никак нельзя назвать символической. Но ведь сейчас лето, а оно дает возможность попробовать вылепить себя самой, если не сидеть, а как можно больше двигаться самыми разными способами. Ведь движение — это жизнь ваших мышц, для него они и созданы, от него они и принимают тот вид, который придает телу скульптурную гармоничность.

ТАНЦУЙТЕ ВСЕГДА, ТАНЦУЙТЕ ВЕЗДЕ И В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Танцы — один из самых приятных способов добавить

телу грации, изящества и гибкости. Это отличная кардиотренировка, укрепляющая сердечно-сосудистую систему. А, главное, танцевать могут даже те, кому возраст и состояние здоровья уже не позволяют ездить на велосипеде или прыгать через скакалку. Нет возможности заниматься танцами в компании таких же любителей? Стесняетесь показать свои умения перед другими? Просто танцуйте дома в любой удобный для этого момент. А для лучшего эффекта время от времени меняйте темп музыки. Причем, начинать лучше с ритмичных танцев, которые разогревают мышцы.

ПЛАВАНИЕ — УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ФИТНЕС

Плавание укрепляет все мышцы тела, потому что ему приходится преодолевать сопротивление воды. У тех, кто регулярно занимается плаванием, прямая спина, плоский живот, упругие ягодицы, высокая

грудь и стройные ноги.

Но если вам надо решить какие-то определенные проблемы с помощью плавания, следует правильно выбрать стиль.

КРОЛЬ

Этот стиль плавания смягчает линию плеч, добавляет стройности ногам и заставляет усиленно работать мышцы ягодиц.

Если в укреплении нуждаются мышцы спины, лучше плавать кролем на спине.

БРАСС

Если у вас начали дрябнуть и провисать трицепсы — мышцы внутренней стороны плеча, вам следует плавать брассом. При этом стиле плавания трицепсы работают наиболее активно. Очень полезен брасс и для мышц ног. Регулярные занятия укрепляют мышцы внутренней поверхности бедра и помогают избавиться от «галифе». Единственное ограничение для этого стиля плавания — больная спина.

БАТТЕРФЛЯЙ

Вы обеспокоены тем, что бюст теряет форму, дрябнет и провисает? Тогда вам придется освоить самый сложный стиль плавания — баттерфляй. Причем, он поможет не только сохранить форму груди, но и добавит стройности ногам.

КАКИЕ НОГИ! ДЛИННЫЕ! СТРОЙНЫЕ!

Какая женщина не мечтает о красивых стройных ногах? Конечно, важно, какими ногами вас наградили родители. Но даже если не совершенными — это не повод отступать. Всегда найдется занятие, которое поможет сделать любые ноги подтянутыми

и рельефными.

Отличное решение — БЕГ ТРУСЦОЙ. Он укрепляет икры, бедра и ягодицы, помогает избавиться от «галифе». Если вы будете регулярно бегать, не доводя себя до изнеможения, то получите еще и хорошую кардиотренировку.

Единственное, что надо для бега трусцой — правильные кроссовки. Ну, конечно, не помешают ни красивый парк или сквер, ни хорошая компания. Паратройка подруг или друзей даже желательны, они помогут определить, правильный ли вы держите темп.

Попробуйте на бегу перебраться с ними парой фраз. Если поговорить не удастся, значит, вы выбрали слишком быстрый темп и его лучше снизить до такого, при котором вы можете сказать несколько слов, не задыхаясь.

Не меньше пользы в борьбе за стройность ног приносит ЕЗДА НА ВЕЛОСИПЕДЕ, особенно при таком выборе комфортных велосипедов, как сейчас. Она улучшает кровообращение, заставляет работать мышцы живота и спины. Но, главное, тренирует все мышцы ног и является отличной профилактикой варикоза. Правда, эффект от велосипедных прогулок будет заметен только в том случае, если вы станете ездить 3-4 раза в неделю не менее, чем по 2 часа, хотя бы в теплое время года, и ездить не только по асфальту, но и по грунтовым до-



ВЫРАЩИВАЕМ КРЫЖОВНИК

Все ягодные культуры дают большие урожан, не исключение и крыжовник. При хорошем уходе со взрослого куста можно собрать 2-3 ведра ягод.

Крыжовник — растение самоплодное, но лучше, когда на участке высажено несколько сортов. В этом случае повышается урожай, а ягоды вырастают крупнее и вкуснее.

Кусты начинают плодоносить на 2-3-й год после посадки. Самый обильный урожай кусты крыжовника дают в возрасте 5-15 лет. Срок жизни куста — 30 лет. Кусты сажают на расстоянии 1-1,2 м. Обрезку проводят осенью, вырезая 2-3 старые ветки до основания или до мощного однолетнего побега. Удаляют побеги поврежденные, поломанные, слабые однолетние, а также зараженные мучнистой росой.

Куст крыжовника имеет сильную корневую систему, хорошо обеспечивающую его влагой. Но в засушливые годы крыжовник следует поливать 3-4 раза за сезон: весной — во время активного роста побегов, и в июле — в период созревания плодов. Созревшие ягоды снимают в один прием.

Все сорта крыжовника делятся на ранние, средние и поздние, поэтому сбор растягивается во времени. Всего в мире имеется более 1000 сортов крыжовника. В нашей стране их более 60. Вы сможете выбрать любой на свой вкус и в зависимости от места проживания. Многие не любят крыжовник за слишком длинные шипы, но есть сорта, которые не имеют шипов, к ним относятся Контиватор и Орленок.

Крыжовник размножают горизонтальными или вертикальными отводками, а также зелеными черенками. Для получения горизонтальных отводков выбирают здоровый однолетний побег ранней весной и пригибают его к земле. Под ним устраивают неглубокую бороздку, и пришпиливают побег деревянной шпилькой и сразу окучивают. По мере роста побега к нему присыпают питательную землю, пока не получится холмик высотой около 20 см. Ухаживают, поливают, а осенью отводок отделяют от маточного куста секатором и пересаживают на постоянное место. Рано весной его срезают, оставляя пенек с 3-4 почками.

Место побега можно присыпать ветку с хорошим однолетним приростом. В этом случае можно получить не одно, а несколько растений.

В отличие от смородины, крыжовник не размножается одревесневшими черенками. Попробуйте размножить его зелеными черенками. Этим занимаются обычно в середине июня.



ЯГОДА МАЛИНА

При хороших условиях и тщательном уходе малина — одна из самых урожайных ягодных культур.

Плодоношение начинается у нее со второго года после посадки, а сбор ягод продолжается 1,5 месяца. Ягоды имеют превосходный вкус и содержат большое количество полезных веществ и витаминов.

Малина требовательна к питательным веществам, хорошо растет на богатых и увлажненных почвах. Требуется нейтральной почвы, но переносит и засоленную. Это очень удобная культура для выращивания в приусадебном саду, она не дает тени, ее побеги не вырастают более двух метров, она занимает мало места, а ее плоды ценятся дороже, чем плоды других ягодных культур.

Взрослое растение имеет вид куста, корневая система которого — многолетняя, а наземная меняется каждый год. В кусте всегда есть растущие однолетние побеги и плодоносящие двулетние. Плодоносит малина в июле целый месяц и более. Каждый год в сентябре отплодоносившие побеги вырезают.

В суровые зимы иногда малина может подмерзать до уровня снегового покрова, в этом случае подмерзшую часть вырезают до здоровой. Весной верхнюю часть здоровых побегов срезают до уровня 1-1,2 м. В этом случае она даст больше плодоносящих побегов. Кусты с сильнорослыми побегами следует подвязывать к шпалерам. В этом случае удобнее производить уборку и ухаживать за кустами. В северных районах, где малина может подмерзать, на зиму ее связывают в пучки и пригибают к земле.

Подготовила Елена ФРОЛОВА



Под крышей террасы или на балконе отлично будут смотреться подвесные клумбы. Чтобы сделать их максимально легкими, высаживайте цветы одного или разных видов в пластиковое ведро. Просверлите в нем отверстия диаметром 3-4 см, а в дне совсем маленькие — для стока воды.

Насыпьте на дно ведра немного керамзита для дренажа. Засыпьте ведро легким универсальным грунтом, в отверстия и сверху посадите готовую рассаду любых цветов и хорошенько полейте. Для крепления просверлите ближе к ободку ведра три отверстия, чтобы получился равносторонний треугольник. Привяжите, пропустив через эти отверстия, прочный шнур. Соедините три отрезка шнура и, когда лишняя вода стечет, подвесьте клумбу там, где хотите.



ЦВЕТОЧНЫЕ ГОРШКИ ЛЮБОГО ФОРМАТА

Цветы придают саду неповторимость, если они высажены в оригинальные горшки. Самый простой способ обеспечить себя горшками любой формы и размера — отлить их из обычной бетонной смеси.

Итак, выберите две емкости: побольше и поменьше. Смажьте обработанным машинным маслом внутреннюю поверхность той, что побольше, а ту, что поменьше, смажьте снаружи.

Приготовьте бетонную смесь из 1 части цемента и 3 частей песка. Добавьте столько воды, чтобы смесь получилась средней густоты. Налейте на дно большей емкости немного бетона (это будет дно будущего горшка), затем вставьте внутрь маленькую емкость, положите в нее камень, чтобы форма не сдвинулась, и промежуток между стенками залейте бетонной смесью.

Когда отливка полностью высохнет, выньте ее из формы и дайте дохнуть еще пару дней. Теперь можно насыпать в нее грунт и высаживать растения.

Внимание! Чтобы бетонная форма не рассыпалась от давления почвы и воды, стенки у самодельных горшков должны быть довольно толстыми.



ГРЯДКИ ЗА ПЛЕТНЕМ

Необычно и красиво смотрятся обычные овощные грядки, окруженные низким плетнем. Но такое обрамление нужно не только для красоты. Оно хорошо подходит для участков с обедневшими и тяжелыми почвами.

Соорудите плетень, застелите дно и боковые поверхности будущей грядки на половину высоты плетня полиэтиленом или укрывным материалом. Приготовьте почвенную смесь именно для тех растений, что будут расти на этой грядке, насыпьте ее внутрь плетня, разметьте борозды или ячейки и высаживайте рассаду или сейте семена зелени.

Кроме необычного, привлекающего взгляд, огорода, грядка за плетнем порадует вас и высоким урожаем, так как растения будут расти в легкой и плодородной почве.



НЕОБЫЧНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ДЛЯ ПОКРЫШЕК

Мы неоднократно писали, что старые покрышки еще могут послужить качелями, садовыми скульптурами, емкостями под клумбы. Но они могут пригодиться и для других целей.

● Распилите покрышку большого диаметра пополам, прикрепите к дугам широкую прочную доску и у вас получится отличная скамейка, опоры которой никогда не сгнутся.

● Если в вашей семье любят ездить на велосипедах, значит, вам наверняка нужна стоянка для любимых байков. Вкопайте покрышки на таком расстоянии, чтобы между ними туго входило колесо велосипеда — и стоянка готова.





ВОЗИТЕ ЦВЕТЫ ТАЧКАМИ

На любом подворье или садовом участке обязательно есть тачка, и, скорее всего, не одна. Причем те, что отслужили свой век, никто не выбрасывает. А вдруг пригодится!

Считайте, что уже пригодилась.

● Если на участке есть газон, выкатите тачку на газон, насыпьте в нее почву и высадите яркие цветы, цветущие все лето.

● Красиво смотрится передвижная клумба рядом со старым деревом. Особенно забавно выглядит цветущая горка, как будто рассыпанная из опрокинутой тачки.

● Одна или несколько старых тачек могут стать центром клумбы с разнообразными цветами и растениями. Если вы сможете выделить под такую клумбу уголок у забора, можно для декорирования использовать не только тачки, но и другой старый садовый инвентарь. Он придаст клумбе неповторимое очарование.

● Вам не нравится идея с цветами? Превратите тачку в грядку под зелень. Главное достоинство такой грядки в том, что ее можно разместить в любом уголке сада.

● Если вы любите принимать гостей на свежем воздухе, из тачки можно смастерить необычный сервировочный столик. Половину объема тачки засадите цветами, а вторую половину накройте листом фанеры или ДСП. На такой «стол» можно выставить тарелки и приборы для фуршета, а можно превратить его в бар.

Подготовила
Катерина ЧАПЛЫГИНА





САЛАТ ИЗ ЦУККИНИ С КРЕВЕТКАМИ

Натрите на терке для корейской моркови 2 небольших цуккини, добавьте 2 измельченных зубка чеснока, 0,5 ч. ложки сахара, соль и перец — по вкусу, перемешайте, влейте по 1 ст. ложке растительного масла и яблочного или винного уксуса, еще раз перемешайте, накройте и дайте постоять 20-30 минут. 400 г креветок отварите или разогрейте в микроволновке. Перемешайте цуккини с креветками, добавьте измельченную зелень петрушки и лимонный сок.



ПИРОГ ИЗ ПАКЕТА

Поджарьте до коричневого цвета 250 г бекона, порезанного маленькими кусочками. Если бекон из сырой свинины, не забудьте посолить его. Порежьте небольшими кубиками длинный багет или чиабатту. Взбейте 6 яиц с 1 стаканом молока, посолите и поперчите. 200 г сыра натрите на крупной терке. Выложите в большой пакет с zip-локом хлеб, бекон, сыр, яичную смесь и встряхивая, перемешайте. Закройте пакет и положите его в холодильник, держите смесь там, пока яичная смесь полностью впитается в хлеб.

Форму для запекания смажьте маслом, выложите в нее содержимое пакета, сверху положите по 50 г нарезанного бекона и тертого сыра. Накройте форму фольгой и запекайте в разогретой духовке 25 минут, затем снимите фольгу и запекайте еще 10 минут или пока сыр на поверхности пирога не запузырится и не приобретет золотистый цвет. Выньте пирог, посыпьте рубленой петрушкой, дайте ему 5-7 минут «отдохнуть» и нарежьте на порционные куски.



ЛЕТНЕЕ МЕНЮ

Мы постарались подобрать для вас рецепты несложных и вкусных блюд, в которых много овощей и ягод. Многие из них подойдут для дачной кулинарии.

КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ С ОВОЩАМИ

Смешайте 1 кг куриного фарша, 100 г натертого на крупной терке сыра, 1 сладкий перец и 1 цуккини или небольшой кабачок, порезанные небольшими кубиками, яйцо, 2 ст. ложки муки или манной крупы, соль и перец — по вкусу. По желанию можно добавить в котлеты другие специи и рубленую зелень. Хорошенько вымешайте фарш, сформируйте котлеты и жарьте их на растительном масле до готовности.



ОВОЩИ С СОУСОМ «ВИНЕГРЕТ» И КЛУБНИКОЙ

Отварите в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг горсть спаржевой фасоли, поджарьте порезанный соломкой небольшой кабачок с порезанной полукольцами луковицей и измельченным зубком чеснока, посолите и поперчите. Смешайте кабачки и фасоль. Отдельно поджарьте до готовности 1 куриную грудку, порезав ее на 4 порционных куса. Курицу посолите, поперчите и приправьте специями по вкусу.

Разделите гарнир на 4 порции, сверху выложите порезанную грудку и порезанные кружками 2-3 ягоды свежей клубники. Щедро полейте блюдо соусом «винегрет» с клубникой.

Для соуса смешайте 1 стакан клубничного пюре с 1 ст. ложкой оливкового масла, 1 ч. ложкой бальзамического уксуса и 1 ч. ложкой жидкого меда. При желании соус можно посолить и поперчить.





РУЛЕТКИ ИЗ ЦУККИНИ

Цукини или молодые кабачки нарежьте с помощью овощечистки тонкими пластинами, залейте кипятком и подержите под крышкой, пока пластины не станут такими мягкими, чтобы их можно было свернуть.

Приготовьте начинку из 350 г любого фарша, 2 размоченных в молоке ломтиков белого хлеба, 50 г натертого на мелкой терке сыра и 1 яйца. Добавьте по вкусу соль, перец, тертый свежий имбирь, чеснок, петрушку и майоран. Хорошенько вымешайте фарш и разделите его на 20 частей.

В каждую пластину цукини заверните порцию начинки так, чтобы она не выглядывала из обертки. Нанижите рулетики на деревянные шпажки. Форму для запекания или противень смажьте растительным маслом, выложите шпажки с рулетиками на расстоянии друг от друга, кисточкой смажьте цукини маслом и запекайте в разогретой духовке 20-30 минут, время от времени переворачивая. Когда мясная начинка будет готова, на каждый рулетик положите по тонкому кусочку сыра и верните противень в духовку. Когда сыр полностью растает, рулетики можно подавать к столу.



СВИНОЙ ПОДЧЕРЕВОК С ОВОЩАМИ

Замаринуйте кусок подчеревок весом 600-700 г в смеси из 3-5 ст. ложек соевого соуса, 1 ст. ложки рисового или винного уксуса, 1 ч. ложки вустерского соуса, 1 ст. ложки порезанной соломкой свежего имбиря, 5 измельченных зубков чеснока, 1 звездочки бадьяна, 2 ст. ложек сахара или 1 ст. ложки меда.

Через 1-2 часа выньте подчеревок из маринада, но не выливайте его. Оботрите мясо салфеткой и порежьте на ломтики толщиной 1 см.

В сковороде, которую можно поставить в духовку, подрумяньте на растительном масле любые овощи по вашему выбору, выложите поверх овощной подушки ломтики свинины и переставьте сковороду в разогретую духовку. Как только мясо на подчеревке посветлеет, а сало станет немного прозрачным, залейте содержимое сковороды оставшимся маринадом и тушите в духовке до полной мягкости подчеревка.

ЛОСОСЬ С ФИСТАШКАМИ

Посолите 6 порционных кусков красной рыбы, поперчите, дайте им полежать 10 минут, а затем тщательно оботрите бумажным полотенцем, чтобы убрать лишнюю соль. Выложите в форму для запекания рыбу, покройте ореховой смесью, плотно придавив ее руками, и запекайте в разогретой духовке до готовности. Сразу подавайте к столу.

Для ореховой смеси потребуются: 1 стакан измельченных фисташек, 0,5 стакана коричневого сахара, 3 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки измельченной зелени укропа и столько же смеси измельченных в блендере горького и сладкого зеленого перца.



РУЛЕТКИ ИЗ КУРИЦЫ А-ЛЯ КОРДОН БЛЮ

Хорошенько отбейте 12 ломтиков куриной грудки, немного посолите и поперчите. Смажьте каждый ломтик курицы соусом песто, положите сверху тонкий ломтик ветчины, тонкий ломтик сыра и сверните рулетом. Посыпьте рулетики смесью из 0,5 стакана панировочных сухарей и 2 ст. ложек натертого на мелкой терке твердого сыра. Запекайте рулетики в разогретой духовке до готовности.

Для соуса песто измельчите в комбайне большой пучок зеленого базилика, 3 зубка чеснока, 0,5 стакана кедровых или других орешков (по вашему выбору), добавьте 2 ст. ложки оливкового масла, 0,5 стакана тертого пармезана или другого твердого сыра и все перемешайте.





ПИРОГ ИЗ ПИРОЖКОВ

Смешайте 800 г муки, 300 мл кефира или простокваши, 2 яйца, 2 ст. ложки майонеза, 2 ч. ложки соды, 1 ст. ложку сахара и посолите по вкусу. Замесите тесто такой густоты, чтобы его можно было раскатывать, при необходимости добавьте муки, и оставьте его для подъема.

Для начинки приготовьте тушеную капусту или смесь риса с яйцом и зеленью, картофельное пюре с жареным луком, пропущенное через мясорубку отварное мясо с жареным луком или натертым сыром или любую другую начинку по вашему вкусу. Готовое тесто раскатайте, вырежьте стаканом кружки. Положите на каждый кружок по 1 ст. ложке без верха начинки и сделайте защипы с двух сторон.

В застеленную пергаментом форму для пирога выложите подготовленные пирожки в шахматном порядке. Дайте пирогу немного подойти и выпекайте в разогретой духовке до готовности.



ПИРОГ С ПОМИДОРАМИ

Приготовьте тесто из 1,5 стакана муки, 0,5 ч. ложки соли, 0,25 стакана растительного масла, такого же количества размягченного сливочного масла и 4-5 ст. ложек ледяной воды. Перемешайте тесто до однородности, накройте и поставьте в холодильник на 30 минут.

Для начинки порежьте кружками 4-5 хороших помидоров, посолите и выложите их на дуршлаг, чтобы стек сок. Форму для пирога выстелите тестом, наколите вилкой и подпеките корж в разогретой духовке в течение 8-10 минут. На корж выложите в несколько слоев помидоры, посыпьте измельченной зеленью базилика, порезанным зеленым луком и измельченным горьким перцем (можно заменить его черным молотым перцем). Смешайте по 0,5 стакана тертого рассольного, твердого сыра и майонеза. Выложите смесь на пирог и выпекайте его в духовке до румяной корочки.

ЗАПЕКАНКА С ХЛЕБОМ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Выложите дно формы для запекания ломтиками белого хлеба толщиной около 1,5 см. Залейте хлеб смесью из равного количества майонеза и сметаны (по 0,5 стакана). Сверху посыпьте 1 стаканом тертого сыра, выложите размороженные или свежеприготовленные фрикадельки, залейте любым готовым томатным соусом, посыпьте еще одним слоем сыра и запекайте в разогретой духовке.



КОРЗИНОЧКИ С ЯГОДАМИ

Вырежьте из пластов готового слоеного бездрожжевого теста кружки диаметром больше ячеек формы для маффинов на 1-1,5 см. Уложите кружки теста в ячейки и в нескольких местах наколите вилкой. Испеките корзиночки в разогретой духовке до готовности. Дайте им остыть, положите внутрь по 1 ч. ложке взбитых сливок или мягкого сливочного сыра и несколько разных ягод.

ШОКОЛАДНО-МАЛИНОВЫЙ ТОРТ

Измелчите в крошку печенье «Орео» или любое другое шоколадное печенье, чтобы получилось 1,5 стакана крошек. Смешайте их с 4 ст. ложками мягкого сливочного масла и 2 ст. ложками сахара. Из полученной массы утрамбуйте в разъемной форме корж с бортиками. Испеките его в разогретой духовке в течение 20 минут. Оставьте остывать.

Приготовьте крем. Растопите на водяной бане 3 плитки молочного шоколада, добавьте к нему 1 стакан жирных сливок и перемешайте до полной однородности. Снимите с огня и взбейте крем на низких оборотах миксера, чтобы он стал гладким и блестящим.

Аккуратно разрежьте пополам ягоды 0,5 кг малины, выложите их на дно остывшего коржа, залейте малину кремом и поставьте в холодильник не менее, чем на 2 часа. Украсьте торт целыми ягодами малины и сахарной пудрой.



«МАЗУРКА» С ЯГОДАМИ

Смешайте пачку размягченного сливочного масла, 0,75 стакана сахара, 1 ч. ложку ванильного экстракта, 1 ч. ложку погашенной лимонным соком соды, 2 желтка, добавьте 1 стакан муки и 0,75 стакана овсяной муки (из овсяных хлопьев, требующих варки), перемешайте и выложите 3/4 массы на противень ровным слоем. Оставшуюся часть положите в пакете в морозилку. Покройте тесто слоем ягодного пюре, а поверх него натрите на терке или раскрошите оставшееся тесто. Выпекайте в разогретой духовке до светло-золотистого цвета. Дайте пирогу остыть, разрежьте его на квадраты и украсьте свежими ягодами.

Для ягодного пюре засыпьте 2 стакана малины, черники, ежевики или вишни без косточек (по выбору) 0,5 стакана сахара, перемешайте и оставьте на 1 час. Отцедите сок, а ягоды измельчите вилкой.

24 Хозяюшке КОНСЕРВНЫЕ БАНКИ — В ДЕЛО!

На дачу мы часто покупаем тушенку и всяческие консервы, чтобы не тратить время на приготовление пищи. Банки из-под них, как правило, просто выбрасываем. А ведь они могут пригодиться не только в качестве емкостей под краску и всевозможную мелочь или горшков для растений. Консервные банки — отличный источник для подкормки роз.

Хорошенько поцарапайте банки, чтобы нарушить верхний блестящий слой, сплющите их и прикопайте поближе к корням розовых кустов. Ржавые банки — это оксид железа, который легко усваивается растениями. А розы, получающие достаточно железа, хорошо растут, меньше болеют и ярче цветут.



ПОМЕТЬТЕ ФОНАРИК

Отправляясь в поход, пометьте свой фонарик, обернув ручку светоотражающей лентой. Если ночью он вам понадобится, его не придется искать наощупь, метка будет видна в темноте. Такую же метку, приклеив кусочек ленты на каркас, можно поставить и на рюкзак, чтобы не будить соседей, если вам ночью понадобится что-то из него достать.



ХОЗЯЙКЕ ПИКНИКА

Вы пригласили друзей на пикник и, конечно, угощаете их не только лимонадом и компотом. Опьянение от спиртных напитков на свежем воздухе наступает позже, из-за этого контролировать количество выпитого сложно, а в результате гости просыпаются с головной болью и зверским похмельем. Помогите им. Угостите свежими огурцами. Огурчик перед сном, огурчик по пробуждении — и все гости будут как огурчики — свежие, бодрые и без головной боли.

Свежие огурцы богаты сахаром и электролитами. В сочетании с витамином В, которого в огурце тоже много, они регулируют обмен веществ, нарушенный приемом алкоголя.



БЕЗ ЛЬДА НИКУДА

В жару самый простой напиток кажется манной небесной, если он со льдом. Поэтому у хорошей хозяйки летом в морозилке всегда есть лед. А если это не простой лед, а вкусный, душистый и красивый?

Чтобы добавить напитку вкуса, подойдет лед, в котором заморожены листики мяты или мелиссы, ягодки малины или ежевики, ломтики лимона или лайма. Пряную зелень и ягоды можно замораживать в обычных формочках, а вот кружок лимона или лайма в них не войдет. Зато они прекрасно помещаются в формочках для маффинов. В глубокие формочки можно положить по два кружочка и налить столько воды, чтобы они были только покрыты ею.

Вы можете удивить гостей, угощая их водой с красивыми кубиками льда, если заморозите воду с лепестками роз, шиповника или флоксов.

ТАПОЧКИ ВМЕСТО ГАЛОШ

В деревне, на даче, в походе обязательно нужна водонепроницаемая обувь, чтобы сохранить ноги сухими утром во время росы и после дождя. Сапоги для этой цели слишком тяжелы и громоздки, их обычно надевают в дождь. Чтобы уберечься от росы и влажной травы, чаще всего надевают галоши, но в жаркую погоду они неприемлемы.

Проще превратить любые легкие тапочки в водонепроницаемые. Для этого достаточно натереть их воском, который продают в магазине для пчеловодов, или огарком восковой свечи и немного прогреть феном, чтобы воск расплавился и впитался в ткань. Дайте тапочкам высохнуть. Теперь ходить вам будет легко и удобно, а ноги будут сухими.



ПРОДЛИТЕ ЖИЗНЬ ФУТБОЛКЕ

Чаше всего мы выбрасываем трикотажные футболки из-за того, что у них растягивается ворот. Этот недостаток легко устраним. Достаточно подвернуть растянувшийся ворот на изнаночную сторону и пришить вручную потайным швом или пристроичить на машинке. С лицевой стороны ворот будет выглядеть аккуратно, и вещь еще можно будет носить.



Подготовила Валентина ЖИЛИНА

ТУНИКА-ФАРТУК

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

[illegible]

-  — изнаночная петля
-  — лицевая петля
-  — кромочная петля
-  — 2 петли провязать вместе лицевой
-  — из 2 петель провязать две: лицевую за переднюю стенку, затем за заднюю стенку петли.



Размер 44-46. Длина по спинке 38 см.

ТОП С ОТКРЫТЫМИ ПЛЕЧАМИ

Топ, связанный сверху вниз, с завязками на плечах с цветочками будет прекрасным дополнением к вашему летнему гардеробу.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (хлопок 100%; 430 м/100 г) — 300 г; крючок № 2; игла для сшивания.

Узоры: спинка — по схеме I, перед — по схеме II, завязки для плеч — по схеме III.

Описание работы

Спинка: набрать 35 в. п. и вязать вверх по схеме I, прибавляя по краям полотна ст. с/н. Провязав 17 см, сверить ширину полотна с размером полукругности груди (~45 см), прибавить недостающие столбики и вязать вниз без прибавок 21 см. Пример прибавок — на схеме I.

Перед: при вязании переда используются 2 узора: центр переда связан простым ажурным узором, а бока и низ переда — ст. с/н. Набрать 37 в. п. и связать по схеме II 7 р. В 8-м р. определить начало вязания боковых частей, связанных ст. с/н. Далее вязать, прибавляя ст. с/н. с каждой боковой стороны и с каждой стороны центра переда, пока в ажурной кокетке переда не останется один раппорт узора (отмечен на схеме II).

Далее полотно переда вязать только ст. с/н.

Завязки для плеч: из верхних уголков топа набрать цепочку, равную 40 см, последние 6 п. замкнуть в круг и по схеме III связать цветок из 3 лепестков.

Сборка: сшить боковые швы.

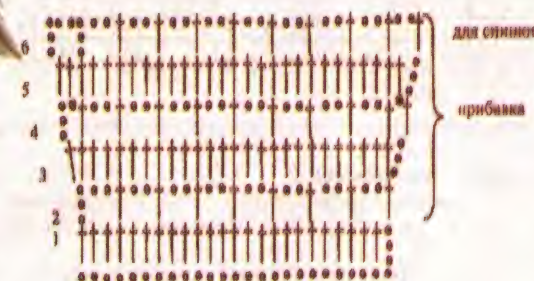


Схема I



Схема III



Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- ⊥ — столбик с накидом (ст. с/н.)

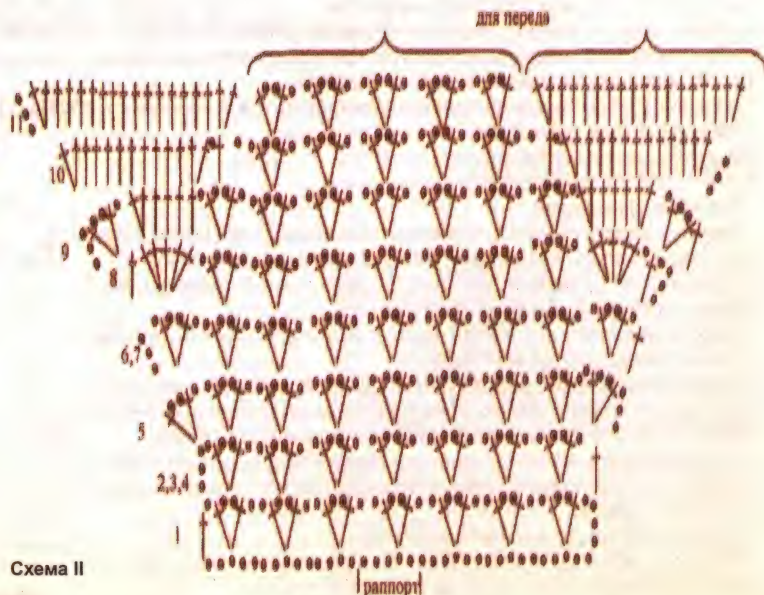


Схема II

Размер 44-46. Длина по спинке 58 см.

ТОП С ДРАПИРОВАННЫМ ЛИФОМ

(Для точного определения длины измерьте расстояние от одного запястья до другого, прокладывая сантиметровую ленту по плечам и рукам.)

Облегающий топ с драпированным верхом, открытыми плечами и круглой горловиной подчеркнет вашу точеную фигуру.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%; акрил 50%; 300 м/100 г) — 450 г; спицы № 3; игла для сшивания.



Узоры: лиц. гладь, платочная вязка.

Описание работы

Перед: набрать на спицы 90 п. Связать лиц. гладью 10 р., 1 изн. р., затем продолжить вязание лиц. гладью. Через 40 р. от начала вязания сделать 4-5 убавлений по бокам для приталивания силуэта. Через 28 см связать 1 изн. р., затем 6 лиц. р., в следующем р. сделайте прибавления для лифа: * 1 лиц., накид *, от * до * повторять до конца ряда. В результате количество петель на спице удвоится. Провязать их на высоту 30 см. Перед топа готов. Не закрывая петлю, отложите вязание.

Спинка: набрать на спицы 90 п. Связать лицевой гладью 10 р., 1 изн. р., затем продолжить вязание лиц. гладью. Через 40 р. от начала вязания сделать 3 убавления через 6 р. по бокам для приталивания силуэта. Через 28 см от начала вязания связать один изнаночный ряд, 5 лиц., р. лиц. гладью, затем сделайте прибавления для лифа: * 1 лиц., накид *, от * до * повторять до конца ряда. В результате количество петель на спице удвоится. Полученное количество петель провязать на высоту 33 см. Спинка топа готова. Не закрывая петли, отложите вязание. Если Вам не нравится сильно драпированная спинка, то прибавления по линии груди можно не делать и, провязав спинку до конца, в последнем ряду связать не по 3 п. вместе, а * 2 п. вместе лицевой, лицевая *, от * до * повторять до конца ряда. Сборки будут намного мельче.

Горловина: для вязания горловины взять переднюю часть и провязать все открытые петли по 3 вместе. Затем так же провязать и все открытые петли спинки. Связать 25 р. платочной вязкой — все лиц. и изн. ряды вязать лиц. гладью.

Сборка: сшить горловину; боковые швы сшить на высоту 36 см.

Примечание: горловину можно связать на круговых спицах.



Подготовила Юлия ПЕВНОВА

32 Своими руками ЖИЛЕТ — КАК ИЗ ЖУРНАЛА

Вы будете выглядеть, как с обложки журнала, если смастерите себе такой необычный жилет. Мы не говорим «сошьете», потому что шить там ничего не надо. Лучше всего будет, если взять для него плотное трикотажное полотно и крупные контрастные пуговицы.

Измерьте ширину спины, умножьте на три, это будет длина отреза ткани и ширина вашего жилета (длина зависит от вашего желания). Разделите отрез на три равные части, сделайте отметки и, отступив от верха 15-20 см, наметьте, где будут разрезы — проймы. Отмерьте по 20 см для пройм. Прорежьте их и, если надо, обметайте.

Наденьте жилет и определите места для пуговиц, чтобы в застегнутом виде жилет смотрелся максимально выигрышно. Пришейте пуговицы к левой полочке, а на правой сделайте для них прорезы (можно только на одну пуговицу).



БУСЫ ДЛЯ ОБУВИ

Самые минималистские босоножки легко превратить в оригинальную парадную обувь с помощью трех ниток бус.

Подберите бусины нужного размера и трех цветов, один из которых повторяет цвет босоножек. Закрепите конец крепкой нитки за перепонку задника босоножек, нанижите столько бусин на нитку, чтобы хватило до такой же перепонки с другой стороны. Закрепите второй конец нитки. Чтобы бусы не «ездили» по ноге, пришейте, привяжите или приклейте их к средней перепонке.

БЫЛИ ШЛЕПАНЦЫ, СТАЛИ БОСОНОЖКИ

Самые простые пляжные шлепанцы с перепонкой между пальцами можно легко превратить в элегантную обувь, которую можно носить не только на пляж, и для этого надо всего лишь пришить к ним ленту.

Причем ленту можно сшить из плотной ткани подходящего цвета, а можно купить готовую тесьму или резинку нужной ширины. Чтобы узнать, какой длины вам нужна лента, сантиметровую ленту оберните дважды вокруг лодыжки, протяните до наружной перепонки шлепанцев и прибавьте к полученной длине еще 2 см.

Один конец ленты оберните вокруг перепонки, зашейте и хорошенько закрепите нить. Наденьте шлепанец, оберните ленту вокруг лодыжки и отметьте, где будут расположены кнопки. Торец свободного конца ленты подверните и пришейте к нему половинки кнопок. Вторые половинки пришейте к ленте. Повторите то же со вторым шлепанцем.





ШЕРСТЯНАЯ СУМОЧКА

Из старого севшего от стирки свитера получится отличная сумочка — легкая и плотная.

Выверните свитер наизнанку и из переда и спинки выкроите две половинки сумки, которые напоминают по форме детский нагрудник (слюнявчик).

Сшейте их между собой, и у каждой половинки соедините швом ручку.

Украсьте сумку по своему выбору. На плотном трикотаже отлично смотрятся цветы из тонкого фетра или трикотажа. Подойдет и отделка тесьмой.

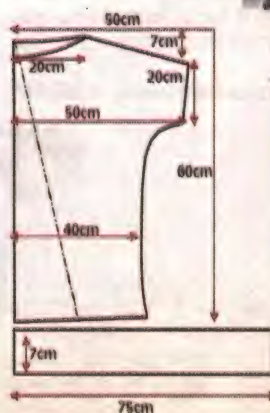


ПАРАДНАЯ ОДЕЖДА ИЗ ОБЫЧНОЙ

Легкая кофточка или спортивная трикотажная футболка с длинными рукавами могут стать одеждой, в которой не стыдно пойти в гости или клуб, если вы немного над ними поработаете.

● Кофточку с резинкой по низу сложите пополам, соединив боковые швы. Вырежьте треугольник из спинки от верха до резинки, как показано на чертеже. Подверните места отреза и пришейте к ним тонкую кружевную ленту. Из нее же сделайте завязки у ворота.

● У трикотажной футболки вырежьте овал, захватив часть плечевого шва и верхнюю часть рукава. Ткань по периметру отреза подверните внутрь и подшейте или приклейте. Отступив 1,5-2 мм от подвернутого края, пришейте крупные жемчужины или блестящие бусины. Можно так украсить оба рукава, а можно только один.





ОКРАШИВАНИЕ В СТИЛЕ ТАЙ-ДАЙ

Так красили одежду еще в древнем Китае и Индии. В моду этот стиль ввели хиппи. Сейчас он снова в тренде. Его принцип: белую ткань или готовую одежду белого цвета следует перед окрашиванием скрутить, связать, зашпиговать, скомкать и в таком виде красить в один или несколько цветов, используя красители для ткани. Сушить вещь нужно в том же (скрученном) виде, а расправлять — после полного высыхания.

● Чтобы получить футболку с вертикальными разноцветными полосами, намотайте ее на кусок трубы от низа к вороту, сдвиньте ткань к центру, закрепите края резинками и красьте полосами разных цветов.

Оберните футболку полиэтиленом и оставьте на 6-8 часов для более прочного окрашивания, а затем высушите.

● Разложите футболку на столе, возьмите в щепотку серединку переда, захватив и ткань спинки, скручивайте ткань по часовой стрелке, пока у вас в руках не окажется «компактный диск». Перевяжите его веревками и покрасьте каждый сектор в свой цвет или по принципу песочных часов: два смежных треугольника в один цвет. Далее действуйте, как описано выше.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





ШОРТЫ С БАХРОМОЙ

Бахрома – стильный тренд и великолепный способ декорировать самые разные предметы одежды и аксессуары, например, джинсовые шорты. Как это сделать? Очень просто – во всех смыслах!

- Пришить или приклеить длинные полосы джинсовой ткани по конструктивным швам и нижнему краю шорт.
- Пришить или приклеить готовую бахрому на края карманов.
- Пришить или приклеить широкие и узкие полосы джинсовой ткани на переднюю часть шорт.
- Пришить или приклеить бахрому вдоль боковых швов.
- «Обвязать» замшевыми шнурами края карманов (для этого проделать отверстия в ткани с помощью шила, продеть шнуры и завязать узлом)
- Сделать из кожи пояс с бахромой и прикрепить его на пуговицы к задней половине шорт.



МОРСКАЯ БИЖУТЕРИЯ

Великолепное кольцо можно сделать из фрагментов ракушек, найденных на пляже.

● Соберите ракушки, промойте их и положите в ледяную воду. Холодные ракушки меньше растрескиваются и ломаются при просверливании дырочек.

● Просверлите отверстия и покройте ракушки бесцветным лаком — так они будут выглядеть ярче, как будто их только что вытащили из воды.

● Прикрепите их к цепочке в произвольном порядке.

● При необходимости сделайте застежку.

Украшение из камешка, найденного на морском берегу, будет напоминать вам об отпуске весь год.

● Специальным сверлом сделайте три небольших углубления на поверхности камешка и вклейте в них стразы с помощью суперклея.

● Теперь сделайте бороздки для проволоки по краям камешка и прикрепите проволоку с цепочкой.

Если у вас нет специальных инструментов для работы с камнем, можно наклеить плоские стразы. Можно обойтись и без протачивания бороздок для проволоки — в этом случае ее нужно просто обмотать вокруг камня, посадив на суперклей.



СТИЛЬНАЯ ШЛЯПА

Превратите обычную соломенную шляпу в изысканный аксессуар.

- С помощью распарывателя «размахните» края шляпы.
- Для укрепления полей шляпы и придания декоративности прострочите их на швейной машине произвольными узорами.
- Сделайте отверстия на шляпе в указанных местах и вставьте широкую контрастную ленту.

МОДНЫЙ КУПАЛЬНИК СВОИМИ РУКАМИ

Превратить простой купальник в суперхит пляжа очень просто. Например:

- добавить длинные бретели, которые можно обернуть вокруг талии. Для этого сшейте их из подходящего по цвету трикотажа и вставьте вместо коротких старых.
- Пришить к бюстику длинную бахрому из трикотажа.
- Смастерить из подходящей ткани цветочки и пришить их к верхней части купальника.
- Нарисовать на верхней части сплошного купальника без бретелей кошачью мордочку и пришить «ушки» из подходящей ткани.





НОВЫЙ ТОП? ПОЖАЛУЙСТА!

39

Незаменимый предмет одежды летнего сезона выходит на передний план! Скомбинируйте его с летящей юбкой или просторными брюками, и у вас получится великолепный комплект для самого жаркого месяца в году!



1 Топ свободного покроя с открытыми плечами и узкими бретельками выполнен из легкого денима.

2 Невесомый батист, открытые плечи и свободный фасон — идеальная модель для жаркого июля.

3 Топ-бюстье из широких лент с вышивкой предоставляет полную свободу движений!

4 Топ цвета фуксии с черными бретельками и открытыми плечами подойдет даже для офиса — например, в комплекте с болеро.

5 Эффектный топ с открытыми плечами, завязками на рукавах и баской не раз выручит в жару.

6 Трикотажная маечка превращается в стильный топик благодаря драпировкам и поясу, выполненным из той же ткани.

7 Милый топик из хлопка с асимметричной линией горловины и бантом на плече подойдет для любого случая.

8 Простота и изящество — эти качества выделяют топик с оборками и бретелью-петлей из ряда других моделей.

9 Все внимание на спинку! Простой на первый взгляд топ из ткани в поло-ску выглядит очень соблазнительно благодаря необычному крою.

10 Топ свободного покроя с оборками позволит скрыть недостатки фигуры.

11 Оранжевый топик из льняной ткани с открытыми плечами и рукавами-крылышками идеально подойдет к широким брюкам и длинным юбкам.

12 Топ-бюстье из золотистого жаккарда с двумя парами узких бретелей заслуживает наивысшей оценки!



1 ЛЕТНЕЕ НАСТРОЕНИЕ

Красивое платье, удобный комплект, легкий сарафанчик – именно эти модели способны создать самое яркое летнее настроение!

1 Оригинальный крой, яркое сочетание цветов и необычные украшения делают эту модель праздничной и нарядной.

2 Романтическое настроение подарит платье свободного покроя с лентами на плечах и широким воланом по нижнему краю.

3 Стильный крой, рюши в боковых швах, контрастные бретели и спинка – это платье может удивить даже самых искушенных модниц.

4 Идеальный наряд для тех, кто даже в жару хочет выглядеть элегантно.

5 Эффектное черное платье без бретелей, окантованное белой тесьмой, подойдет даже для торжественного вечера.

6 Платье, как у греческой богини Дианы, порадует девушку с идеальной фигурой.

7 Милый черно-белый сарафанчик из шитья украшен очень модной в этом сезоне цветочной аппликацией.



3



6



5



10



9



8



7



4



1



8 Романтичный наряд для летнего вечера из ткани с цветочным принтом, открытыми плечами и высоким разрезом — для настоящей королевы!

9 Сарафанчик в морском стиле с бретелью-петлей из шнура пригодится тем, кто собирается в отпуск.

10 Красное платье с открытыми плечами и отлетной деталью на спинке идеально подходит для летнего свидания.

11 Хотите произвести яркое впечатление? Вам это вполне удастся в ярком платье с разноцветными полосками и необычным кроем.

12 Платье из сетки разных цветов с геометрическими вставками обладает изысканным кроем и ярким характером.

13 Эффектное черное платье с глубоким декольте, спущенными плечами, тонкими бретелями, открытой спинкой со шнуровкой и кружевной отделкой способно по-настоящему вскружить голову вашим новым поклонникам.

14 Эффектная модель с черным кантом и открытыми плечами представляет новое прочтение классики.

15 Эффектное платье в спортивном стиле из трикотажа с разноцветными полосами подойдет молоденькой девушке, желающей продемонстрировать свои достижения в фитнесе.

16 Платье для города и отдыха — идеальный вариант наряда «на любой случай».

17 Коралловое платье с открытыми плечами, рукавами-крылышками и бретелями выглядит очень нарядно и элегантно.

Костюмы

18 Брючный костюм из легкого хлопка в клетку с необычным кроем топа пригодится молодой стильной девушке.

19 Короткий топик и мини-шорты, украшенные контрастными бусинами — идеальный выбор для жарких дней.

20 Комплект из шорт и удлиненного топа с ярким декором сшит из льняной ткани.





КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ В КУПАЛЬНИКЕ?

На пляже мы открываем свое тело ласковому солнцу и неоднозначным взглядам окружающих. Но если для некоторых предстать на публике в купальнике — настоящее испытание, другие, наоборот, воспринимают это как прекрасную возможность продемонстрировать фигуру. А как вы относитесь к себе — в купальнике? Проверьте это, ответив на вопросы нашего теста:

1 Какой купальник вы выбрали к новому сезону?

Тот, который лучше всего подчеркивает фигуру — г.
Элегантный, сплошной — он очень стройнит — б.
Закрытый, с подходящим парео — а.

Тот, что лучше сидит — в.

2 Где вас можно найти на пляже чаще всего?

В шезлонге на солнышке — в.
Конечно, в воде! — а.
Под зонтиком, подальше от посторонних глаз — б.
Прогуливающейся у кромки воды или играющей в волейбол — лишь бы не сидеть — г.

3 Вы считаете, что девушки в стрингах или загорающие «топлесс»...

Очень смелые... и безрассудные — в.
Должны бы постесняться! — а.
Я ничего не считаю, это их дело — г.
Не могут вызывать никаких других чувств, кроме возмущения — б.

4 Вы переодеваетесь в купальник на пляже...

Сразу, как только найдете ме-

сто и разложите вещи — в.
Когда соберетесь зайти в воду — а.
После того, как достанете парео — б.
Вы приходите на пляж уже в купальнике — г.

5 Ваш спутник или спутница предлагает вам сыграть в бадминтон. Вы:

Сразу же встаете и берете в руку ракетку — в.
Соглашаетесь только после уговоров — б.
Соглашаетесь, надев шорты и футболку — а.
Конечно же, соглашаетесь — ведь это отличный повод продемонстрировать свою фигуру — г.

6 Насколько важно для вас нравится окружающим?

Важно, но это не главная цель — в.
Очень важно, это придает вам уверенность — б.
Лучше вообще оставаться незамеченной — а.
В какой-то степени важно, в какой-то нет. Главное — нравится себе! — г.

7 Когда вы надеваете купальник впервые и выходите «на люди»...

Вам кажется, что на вас все смотрят — б.
Вы чувствуете себя обнаженной — а.
Вы представляете, что идете по подиуму — г.
Вы наслаждаетесь свободой без одежды — в.

8 На пляже вы видите женщину, которая выглядит в купальнике просто восхитительно! Ваши мысли:

«Она настоящая красавица!

Класс!» — в.
«Везет же некоторым!» — б.
«Вот красота! Аж противно...» — а.
«Да, она ничего, но я все равно лучше!» — г.

9 Вы поправляете купальник...

Редко, только когда выходите из воды — в.
Часто: нужно быть постоянно уверенной в том, что у вас все в порядке — б.
Когда снимаете тунику, платье или футболку и идете плавать — а.
Практически никогда — г.

10 Ваше отношение к спорту и фитнесу:

Занимаетесь время от времени — б.
Регулярно ходите в спортзал: надо поддерживать тело в тонусе — в.
Спорт — ваше любимое занятие! — г.
Ненавижу спортзалы!!! — а.

11 Вам не кажется, что окружающие разглядывают вас на пляже?

Совершенно не кажется — в.
Они не разглядывают, они оценивают — б.
Да, все время — а.
Было бы обидно, если бы не разглядывали! — г.

12 Могли бы вы загорать обнаженной на нудистском пляже?

Никогда! — а.
Конечно, а что в этом такого? — г.
Да, если бы у вас была безупречная фигура, как у топ-модели — б.

Один раз можно попробовать, но зачем? — в.

13 На пляже появилась «очень крупная пышечка» в раздельном купальнике. Ваше отношение:

«Ну, ей же тоже хочется иметь загорелое тело!» — в.
«Разве она не понимает, что это смешно?» — а.
«Очень смело!» — б.
«Это просто неэстетично» — г.

14 Быть в купальнике на пляже — это то же самое, что...

Обнажаться — а.
Надеть форму — в.
Демонстрировать свои достоинства — г.
Быть, как все — б.

15 Вы покупаете купальник...

В торговом центре — там большой выбор — б.
Можно и в супермаркете (если там будет тот, который понравится) — в.
Онлайн с доставкой по почте — чтобы не примерять! — а.
В магазине купальников и нижнего белья — только там можно найти идеальный! — г.

16 Вы считаете, что все мужчины на пляже...

Только и делают, что оценивают женщин — а.
Отдыхают — в.
Засматриваются на хорошеньких девушек — б.
Обращают внимание только на вас, ведь вам нет конкуренток! — г.

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ А: ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ БЕЗЗАЩИТНОЙ

От природы вы робкая и застенчивая, а необходимость надевать купальник не доставляет вам никакой радости. Раздеться и предстать перед окружающими «почти голышом» кажется вам слишком смелым даже для пляжа. Мысль о том, что все отдыхающие вокруг вас тоже раздеты, не приносит вам облегчения, и вы все равно смущаетесь. Всего один взгляд в вашу сторону способен заставить вас закататься в парео с головы до ног. Вы и сами не решаетесь смотреть по сторонам: полуголые тела вокруг вызывают у вас неловкость и дискомфорт. Это происходит потому, что нагота для вас — вещь очень интимная, не предназначенная для посторонних взглядов. Но не стоит закидываться на этом! Ведь в образе каждой женщины обязательно есть то, чем она гордится и что демонстрирует с удовольствием. Старайтесь отвлечь внимание окружающих от своих недостатков и привлечь к тому, чем вы довольны.

Вам кажется, что ваши бедра слишком широки? Замаскируйте их специальным кроєм купальника. Вы гордитесь блестящими, густыми длинными волосами? Распустите свою роскошную шевелюру! Покрутитесь перед зеркалом, чтобы научиться принимать выгодные позы в купальнике, и вскоре вы заметите восторженные взгляды окружающих!

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ Б: СКОРЕЕ НЕЛОВКО, ЧЕМ КОМФОРТНО

Вас не удастся увидеть гуляющей по пляжу без парео или футболки, скрывающих ваше тело от посторонних взглядов, когда вы не в воде. Раскованность — это не про вас. Ведь вы уверены, что ваша фигура далека от идеальной, и вы совсем не похожи на девушек, которые рекламируют купальники. Из-за этого комплекса вам кажется, что и другие видят все ваши недостатки (которых может быть не так много, как кажется). Скорее всего, ваша низкая самооценка делает ваше отношение к своей фигуре еще более негативным. Забудьте о стандартах красоты, навязанных нам модными журналами. Эти модели выглядят в обычной жизни совершенно иначе, чем на гляцевых фотографиях, и тоже не лишены недостатков! Увидели бы вы их без макияжа, ретуши и обработки в фотошопе! Примите себя такой, какая вы есть, и полюбите свою фигуру. Это поможет вам обрести уверенность, повысить самооценку и научит не придавать значения взглядам окружающих. Ваше мнение о себе для вас — самое главное. Остальные пусть думают о себе!

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ В: КАК РЫБА В ВОДЕ

Вкупальнике на пляже вам вполне комфортно. Вы чувствуете себя спокойной, свободной и расслабленной. Раздеться на пляже и открыть свое тело посторонним взглядам — для вас не проблема. Наоборот. Это совершенно естественно. Вы пришли на пляж не демонстрировать свою фигуру, а наслаждаться отдыхом, поэтому вас совершенно не заботит, что думают о вас окружающие. Пляж — место свободы и радости, а не подиум. Вы получаете удовольствие от всего, что здесь происходит, поэтому вам некогда задумываться о том, как на вас реагируют другие. Тем более, что все вокруг одеты в купальники и плавки. Даже если вы оказываетесь в центре внимания, вас это не смущает, и взгляды окружающих не кажутся вам оценивающими. То, что они думают о вас — это их личное дело, не имеющее для вас значения. Да вы и сами не слишком обращаете внимание на то, кто как выглядит, ведь вы пришли сюда совсем не за этим! Абсолютно правильное отношение!

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ Г: КУПАЛЬНИК — ВАШ ЛУЧШИЙ ДРУГ!

Вы любите свое тело и гордитесь им, поэтому просто обожаете ходить в купальнике. Продемонстрировать свою фигуру на пляже для вас — не проблема, а удовольствие, и это заметно всем окружающим. Еще бы! Вы упорно работаете над своим телом, правильно питаетесь, занимаетесь спортом — заботитесь о нем как положено, поэтому можете наслаждаться результатами и эффектом, производимым на посетителей пляжа, особенно на его мужскую часть. Скорее всего, перед отпуском вы удвоили усилия и постарались на славу, чтобы быть на высоте. От этого ваша уверенность окрепла, и вы чувствуете себя в купальнике настоящей красавицей. Восхищенные взгляды окружающих доставляют вам радость и удовлетворение. Вы любите быть в центре внимания, не стесняетесь смотреть на других и сравнивать их с собой. Наслаждайтесь! Вы это заслужили! Вы этого достойны! Но только следите, чтобы самолюбование не превратилось в самоцель и навязчивую идею быть совершенством и объектом восхищения — и все будет в порядке!

Гороскоп

с 15 июля по 15 августа

Астролог-консультант Николь БУРЯ



ОВЕН Вторая половина июля может принести трудности в решении юридических и социальных вопросов. Приобретение недвижимости, земельных участков лучше отложить. В первой декаде августа возможны задержки в реализации планов. После 13 числа возможны интересные поездки, развлечения, путешествия, удачное решение житейских или личных проблем.

Неблагоприятные дни в июле: 18, 22, 28. В августе: 1, 6, 10, 14.

ТЕЛЕЦ Во второй половине июля будет сложно придерживаться намеченного плана, непредвиденные обстоятельства будут создавать проблемы как в отношениях, так и в реализации заранее намеченных планов. Повысится опасность аварий и несчастных случаев. В августе укрепятся отношения с родственниками, а во второй декаде месяца возможны крупные расходы.

Неблагоприятные дни в июле: 16, 21, 26, 30. В августе: 3, 8, 13.

БЛИЗНЕЦЫ Во второй половине июля может появиться возможность для реализации планов, связанных с поездкой, а то и шансы получить работу на новом месте. Август принесет большие хлопоты и суету в семейную и личную жизнь. Возможны поездки на отдых, переезд, забота о родителях, о детях. Чтобы остаться в хорошей форме, уделяйте больше времени сну и отдыху.

Неблагоприятные дни в июле: 18, 22, 27, 31. В августе: 4, 9, 14.

РАК Во второй половине июля возможен успех в делах и приличная прибыль. Наиболее удачно все будет складываться после 21-го числа. Финансовые операции, реализация планов и желаний, крупные покупки будут приносить удовлетворение. Начало августа может оказаться напряженным. Не исключены проiski недоброжелателей, а также появление негативной информации.

Неблагоприятные дни в июле: 16, 21, 26, 30. В августе: 3, 8, 12.

ЛЕВ Во второй половине июля подумайте об отдыхе, а если без работы никак нельзя, займитесь делами, которые долгое время откладывали. С 24-го по 31-е будьте сдержанны в финансовых расходах. В августе вы сможете преодолеть любые препятствия и добиться высоких результатов в любой деятельности, а также отправиться в путешествие или на санаторно-курортное лечение.

Неблагоприятные дни в июле: 18, 24, 28, 31. В августе: 4, 9, 16.

ДЕВА Вторая половина июля — благоприятный период для решения и улаживания финансовых вопросов, задач, связанных с недвижимостью. Август — благоприятное время для отдыха. Примите меры для укрепления здоровья, старайтесь больше времени проводить на природе. Финансовое состояние дел будет спокойным. В первой половине месяца возможна неплохая прибыль.

Неблагоприятные дни в июле: 17, 21, 25, 29. В августе: 2, 7, 13.

ВЕСЫ После 15 июля внимательно относитесь к новым предложениям, возможно, среди них будут те, что приведут к успеху. В первой половине августа предстоит немало расходов, но большая часть их будет связана с отдыхом, детьми и потребностями близких людей. С 3-го по 13-е будьте внимательны к своему окружению и не давайте повода для разговоров.

Неблагоприятные дни в июле: 18, 24, 28. В августе: 1, 5, 10.

СКОРПИОН Вторая половина июля может принести приятное знакомство, любовную связь или судьбоносную встречу — будущего супруга. В первой половине августа вам может представиться случай быстро поправить свое нестабильное материальное положение. С 7 по 13 августа из-за опрометчивых поступков или поспешных решений вы рискуете оказаться в сложной ситуации.

Неблагоприятные дни в июле: 17, 21, 25, 29. В августе: 3, 7, 13.

СТРЕЛЕЦ Вторая половина июля будет насыщена бурными событиями, встречами с друзьями и партнерами. В первой половине августа романтические отношения в какой-то мере могут способствовать достижению более стабильного положения в жизни. Август — время, благоприятное для создания семьи, а также для крупных приобретений и вложения денег в новые проекты.

Неблагоприятные дни в июле: 19, 23, 27, 31. В августе: 6, 11, 15.

КОЗЕРОГ Некоторый спад настроения и житейские проблемы, которые могут обостриться во второй половине июля, возможно, отразятся на работе, карьере и здоровье. В первой половине августа, чтобы избежать профессиональных и финансовых проблем, тщательно проверяйте документы, прежде чем поставить на них свою подпись. После 11 числа возможно дальнейшее путешествие.

Неблагоприятные дни в июле: 15, 20, 25, 30. В августе: 3, 7, 12.

ВОДОЛЕЙ С 15 по 31 июля вас ожидают домашние хлопоты, суета, покупка новых нарядов, предметов домашнего обихода, подарков родственникам. Следите за самочувствием: вероятны простуды, обострение хронических заболеваний. В августе вы сумеете выкарабкаться из любых неприятностей. Вас ждут семейное счастье, успехи в делах и финансовая стабильность.

Неблагоприятные дни в июле: 19, 23, 28. В августе: 1, 6, 11.

РЫБЫ Во второй половине июля много времени потребуют помощь родственникам, детям, содержание дачи, ремонт дома или автомобиля. В начале августа постарайтесь отдать долги и выполнить все обязательства. Плавание, занятия фитнесом, смена имиджа и приятные косметические процедуры помогут вам укрепить здоровье и повысят настроение.

Неблагоприятные дни в июле: 15, 20, 25, 29. В августе: 2, 7, 12.

ВРЕМЯ ПЛАКАТЬ: С 7 ДО 10!

С ушболом — и серьезно 45 «НЕ ХОДИ, МИЛОК, В ТАКСИСТЫ!»



Все мы помним, сколько неудобств доставлял нам переход на летнее время и обратно. А все дело-то — в биоритмах, которым чихать с высокой колокольни на все расчеты экономистов, будто с разным временем жить выгоднее. Эти же биоритмы, оказывается, ежедневно, примерно с 7 до 10 часов вечера, «настраивают» нас на минорный лад — то есть, расстраивают. И по всей планете море людей проливает море слез. А мы-то думали: плачем потому, что в это время обычно по телику идут новости и «душещипательные» сериалы!..

Сопrotивляться действию биоритмов трудно, но можно. По статистике, самые слезоточивые — бельгийки, хотя бы разок в неделю всегда готовые всплакнуть. Горячие итальянские парни, склонные к сантиментам, могут вытерпеть по две недели без слез! А рекорсменами сопротивляемости выступают жители Перу и Болгарии, и вне конкуренции — героические женщины Нигерии: редкая слезинка — только по важному поводу, а из-за каких-то биоритмов — ни-ни!

АЗБУКА МОРЗЕ ДЛЯ ВЛЮБЛЕННЫХ

Великий изобретатель Томас Эдисон спыл чудачком, и за его долгую жизнь о нем сложили множество анекдотов. Хотя зачем было что-то выдумывать?.. Вот, например. ...В лаборатории Эдисона работали и девушки. Одна из них, Мэри Стиллвел, почему-то привлекала его внимание — возможно, он почувствовал в ней родственную душу. Как выяснилось немного позже, он ни секунды не ошибался!

Как не откладывал Эдисон в «долгий ящик» свои идеи, так и в отношениях любовных он решил все быстро: однажды подошел к Мэри и спросил, не хотела бы она сменить фамилию на Эдисон со всеми вытекающими последствиями.

Девушка согласилась и на смену фамилии, и на все последствия.

Свадебку решили сыграть через месяц.

Спустя несколько дней случилось им обоим оказаться за общим столом, а Эдисону вдруг захотелось сказать невесте нечто очень приятное. При всех это, естественно, было неудобно, и он решил «отстучать» свое послание азбукой Морзе. Каково же было его изумление, когда невеста ответила такими же «любковыми» точками и тире!

...Во время свадебного застолья изобретатель «отпросился» у жены провести минутку в лаборатории. Когда через пару часов распорядитель церемонии заглянул в кабинет и напомнил ему об ожидающей новобрачного супруге, Эдисон схватился за голову: «Боже мой! Как я мог забыть о жене?!»

Мэри к такому поступку мужа отнеслась спокойно, сразу его простила, и они прожили в любви и согласии долгие годы.

А детишек своих Эдисон в шутку иногда называл «Точка» и «Тире»...



Именно так можно шутливо перевести на русский вывод, к которому пришли ученые из Римского университета, изучавшие здоровье водителей-профессионалов. Оказалось, что, например, водители такси, испытывающие ежедневный стресс при работе в сверхинтенсивном городском движении, а также те, кто много времени проводит сидя за рулем, имеют гораздо меньше «плодотворной» спермы, чем их одногродки той же комплекции. В крупных городах, к тому же, сильно загрязнен воздух. В общем, молодым людям, живущим в мегалополисе, при выборе, «делать жизнь с кого», вариант с рулем предпочтительно рассматривать последним...

РУБЕНС ПИСАЛ ДИСТРОФИЧЕК?

Сэкранов телевизоров, со страниц гляцевых журналов нам ежедневно демонстрируют эталоны красоты, и мы уже привыкли к тому, что «правильная» грудь должна быть большой и высокой, ноги — длинными, а бедра — стройными. Однако, есть еще на свете места, где привычные нам европейские каноны красоты «не катят»!

Сенегальские мачо, например, обожают обвислую грудь, а в некоторых областях Таиланда очень полные бедра вызывают у мужчин прилив сладострастных мечтаний!..

Среди многих народов планеты женская полнота символизирует плодородие и неразрывно связана с сексуальностью. Но по понятиям туарегов Сахары, своих знаменитых и, на наш взгляд, весьма полных «рубеновских женщин» голландский художник писал с... дистрофичек! Потому что у туарегов девушка, не имеющая на своем нежном животике 12 жировых складок при наклоне вперед, имеет все шансы остаться в «старых девушках»! Чтобы обеспечить дочерям плотоядные взгляды мужчин и, соответственно, замужество, матери насильно их откармливают! А мы всё на диетах да на диетах...



ЭЛИКСИР ДОЛГОЛЕТИЯ?

Много веков бились бедные алхимики, а теперь бьются бедные ученые над созданием «эликсира долголетия»! А между прочим, в обезьяньем царстве эту проблему уже давно решили — да как красиво! Правда, пока только в отношении представителей сильного пола.

Исследователи, изучающие жизнь и поведение приматов, установили четкую связь: чем больше отцы заботятся о своем потомстве, тем дольше они живут! У гиббонов, например, где папа с самого рождения малыша для него и нянька, и певец, и на дуде игрец, самцы живут подольше самок. Вот так-то!

Самцы горных горилл тоже опекают детвору, но до убаюкивания и смены подгузников снисходят редко — потому и живут примерно столько же, сколько и самки.

Среди шимпанзе отцы — сплошь разгильдяи, отсюда и результат: продолжительность жизни у них на 40% меньше, чем у мамочек. Но что важно: эта закономерность, согласно статистике, распространяется и на людей! Так что, будущим папам надо уразуметь: будь хорошим отцом — и тебе воздастся...



ОН РАЗВЕДЕН. ЧТО ДАЛЬШЕ?

Вы встретили и полюбили мужчину. И он — свободен, то есть разведен. В наше время отношение к разведенным изменилось в корне, и многие женщины предпочитают строить отношения с теми, кто имеет опыт семейной жизни и понимают, что семья — это не только любовь, страсть и романтика, но и огромная ответственность. Каковы же шансы построить нормальную семью с разведенным мужчиной?

ОШИБКИ НА ПЕРВОМ ЭТАПЕ

Вы очарованы этим мужчиной и готовы сделать все, чтобы его боль после разрыва с бывшей семьей быстрее прошла. Вы просто обволакиваете его нежностью, заботой и вниманием. И это правильно. Но чтобы излишняя опека не напомнила ему мамину и не оттолкнула от вас,

НЕ СТАНОВИТЕСЬ «ЖИЛЕТКОЙ»

Умные мужчины делают выводы из неудавшихся отношений и анализируют причины, приведшие к краху брака. И порой у них возникает желание поделиться своими умозаключениями. Слушайте, что он рассказывает, это полезно послушать: во всяком случае, вы узнаете, чего он ждет от вас, какие ошибки совершала его «бывшая»... Но не лезьте ему в душу — мужчины начинают избегать женщин, с которыми были слишком откровенны. Кто-то стесняется своей откровенности, кто-то не представляет себе женщину, которая одновременно была бы и «жилеткой», и партнершей для секса, и объектом для серьезных отношений.

НЕ ВЕРЬТЕ БЕЗОГОВОРЧНО

В разводе никогда не бывает виноват один из супругов, второй не может остаться безым и пушистым. Если он говорит о бывшей, что она была жадная, все время требовала денег и внимания, задайте себе вопрос: «Может, это он не хотел работать и обеспечивать семью, или, наоборот, был «женат на работе»? Так же он будет вести себя и в новой семье. А Вас это устроит?

НЕ ПРЕПЯТСТВУЙТЕ ЕГО ОБЩЕНИЮ С ДЕТЬМИ

Порядочные мужчины разводятся с женами, но не с детьми. Они его плоть и кровь, именно по ним он скучает безмерно, ведь они ничего плохого ему не делали, не изменяли и не скандалили... Желание ви-

деться и общаться с детьми от предыдущего брака естественно для отца. Вас должно насторожить, если мужчина не скучает по детям, не стремится с ними встречаться. Таки-ми же ненужными ему в будущем могут оказаться и ваши общие дети.

НЕ НАСТРАИВАЙТЕСЬ НА БРАК

Не стройте матримониальных планов, если после развода еще не прошло двух лет. Часто бывает, что со временем, когда страсти утихнут, обиды забудутся, придет понимание, что от распада семьи пострадали дети, бывшие супруги сходятся, чтобы начать все заново.

ОТСРОЧЕННАЯ ДЕПРЕССИЯ

Если мужчина прожил в семье более пяти лет, он гораздо болезненнее переносит развод, чем тот, кто прожил в браке совсем недолго. Причем самым сложным может оказаться не тот период, что наступил сразу после развода, когда он оглушен самим фактом расставания, а через год, а то и через два. Психологи называют это отсроченной депрессией. Прошло время, эмоции поутихли, анализ ошибок произведен, недостатки прошлых отношений забылись, и в памяти стали всплывать самые приятные и радостные моменты семейной жизни. Вот тут разведенных мужчин и «накрывает» депрессия. Причем, ведут они себя в таком состоянии по-разному. Одни просто хандрят. Другие живут и работают в автоматическом режиме, как будто вообще ничего не случилось, даже строят новые отношения, но все их мысли только о бывшей семье. Третьи решают, что женщинам доверять нельзя в принципе, они годятся лишь для кратковременных связей, а еще лучше — для секса на одну ночь. А четвертые просто возвращаются в семью, где растут их дети.

Именно поэтому психологи советуют обязательно учитывать, как давно мужчина развелся, и быть готовой к тому, что, казалось бы, налаженные отношения могут в один прекрасный день развалиться из-за того, что вашего милого «накроет» депрессия.

СВЕЖЕРАЗВЕДЕННЫЙ

мужчина — не самый подходящий объект для новых отношений, потому что он их начинает не для того, чтобы быть с вами — такой замечательной, а чтобы повысить самооценку и доказать самому себе, что он кому-то нужен. Повышать самооценку лучше всего в объятиях нескольких женщин, и вы можете оказаться лишь одной из этого ряда.

Еще хуже, если новые отношения нужны мужчине, чтобы отомстить бывшей жене, показать, что он идет на расхват. В этом случае вся злость и недовольство своей бывшей жизнью и женой будут вылиты на вас. Возможно, ему это поможет пережить стресс от развода. Но где гарантия, что после этого психологическая помощь не понадобится уже вам?

ДОБЫЧА МОЖЕТ БЫТЬ ЛЕГКОЙ

Далеко не со всеми разведенными мужчинами выстраивание отношений — это движение по минному полю. Иногда — это просто прогулка по парку.

● Проще всего довести до свадьбы мужчину, у которого есть привычка жениться. Мы уже писали о таких. Они просто не признают других отношений с женщиной, кроме законных. Но как только увлечение проходит, женщина становится не нужна, а значит, не нужен и брак с ней. Удержать такого мужчину крайне сложно, да и надо ли?

● Нетрудно построить счастливые отношения и довести их до брака с мужчиной, который был женат по глупости, стечению обстоятельств или состоял в фиктивном браке. Можно считать, что он ничем не отличается от холостяка, кроме наличия штампа в паспорте. Если вам попался такой разведенный, будущее счастье исключительно в ваших руках.

● Вы будете напрасно надеяться на нали-

чие семейного опыта у мужчины, который был женат недолго и бездетно. Обычно краткосрочные браки случаются по ошибке или по бурной страсти и заканчиваются, когда ошибка осознана или страсть остыла. Фактически вам придется начать брак с таким мужчиной не с романтики медового месяца — это он уже проходил, а с создания семейного гнездышка.

● Супруги жили долго и, казалось, что счастливо. Но дети выросли, разъехались, и, оказалось, что супругов, кроме детей и совместного проживания, ничто не связывало. Никаких общих интересов и никакого желания искать их. Если вы встретили мужчину, который развелся, потому что его миссия в прошлой семье была выполнена, считайте, что вам повезло. Зрелому мужчине вряд ли захочется свободы и сексуального марафона, а вот привычка заботиться о ком-то уже у него в крови. Такой состоявшийся мужчина понимает всю ценность семьи.

ДАМЫ, ЗАСУЧИТЕ РУКАВА!

Гораздо сложнее выхаживать «подранка» семейной жизни. Очень болезненный развод долго дает о себе знать, и подвести такого мужчину к пониманию, что с другой женщиной можно начать все «с чистого листа», бывает трудно.

● В анамнезе у «подранка» — счастливый брак, расторгнутый не по его инициативе, а по настоянию жены (потому что разлюбила или, наоборот, полюбила, но другого). А поскольку он считал, что его брак был счастливым, и жену свою любил, для него она во многом осталась образцом. Это как раз тот случай, когда верна поговорка: «Третья жена, конечно, лучше, чем вторая, но все равно хуже, чем первая». Он вам дорог, и вы хотите, чтобы у ваших отношений была перспектива? Значит, не раздражайтесь, когда он станет сравнивать вас с «бывшей», слушайте внимательно и отзывайтесь о ней уважительно. Но! Не старайтесь ей подражать или пытаться переиграть ее в том, в чем, по воспоминаниям бывшего мужа, она была сильна. Вы — не она, вы — другая. И тем хороши.

● Ваш любимый оставил в прошлой семье горячо любимых детей? Будут ли дети в вашем браке или нет, о тех детях он не забудет и будет продолжать о них заботиться. Если вы не будете проявлять к ним интереса или, дай Бог, попытаетесь намекнуть, что теперь у него есть свои дети, считайте, что счастливая жизнь кончилась. Это для вас эти дети свои, а для него свои — и те, и эти. Он не видит между ними разницы.

А для вас единственный выход — наладить отношения с его детьми. В жизни всякое бывает, может, вам еще предстоит жить с ними.

Не ревнуйте, если ваш мужчина проявляет интерес не только к детям, но и к бывшей жене. Во-первых, она мать его детей, а во-вторых, ему надо знать, что дети живут в нормальной обстановке, они обеспечены, присмотрены и ухожены.

● Мужчина, который развелся из-за изме-

ны жены, больше всего боится повторения сюжета. Оказаться в положении обманутого мужа еще раз ему невыносимо. Обычно, жена, найдя другого мужчину, начинает либо срывать на муже и устраивать скандалы, либо он становится ей настолько безразличен, что она вообще перестает обращать на него внимание. А теперь представьте себе, что он подумает, если вы раз-другой задержались на работе без объяснения причин. Да, вы в это время готовили сюрприз ему на день рождения. Но он-то об этом не знает и напридумывал себе уже много чего! Вот почему в отношениях с обманутым мужчиной необходима полная открытость, умение чувствовать его настроение и готовность обсуждать любую проблему. Получается, что вы косвенно все время будете отвечать за чужую измену. Но по-другому нельзя, иначе, почувствовав лишь намек на пройденное в первом браке, он будет вынужден защищаться. Или сбежит.

ЛЕДИ, БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

Существуют категории разведенных мужчин, с которыми нежелательно и даже опасно завязывать отношения. Ничего хорошего все равно не получится.

ОН СТРОИТ ИДЕАЛЬНУЮ СЕМЬЮ

Когда-то в детстве или ранней юности он решил, что у него будет такая же семья, как у родителей, соседей, дяди с тетей, бабушки с дедушкой. Неважно, с кого он взял пример, но всю жизнь он будет строить эту идеальную семью. С каждой женщиной, в каждой новой семье он будет «гнуть свою линию». Он не признает других моделей. Постарайтесь из расспросов о бывшей семье понять, какие там были отношения и не пытайтесь ли он теперь подогнать под этот стереотип и ваши. Если мужчина дорог вам, попробуйте помочь ему построить ту модель, которую вы придумаете вместе.

ОН ИЩЕТ ВТОРУЮ МАМУ

Если мужчина инфантилен, эмоционально и психологически не развит, ему нужна не жена, а мама. Вот и ищет он женщину, которая согласится заботиться о нем абсолютно бескорыстно, не ожидая никакой отдачи, никакой ответной заботы. Но как только женщине игра в одни ворота надоедает, мужчина становится агрессивным и провоцирует развод. Ни дети, ни болезнь

жены не считаются уважительной причиной для игнорирования его желаний.

ОН ДЕСПОТ И ТИРАН

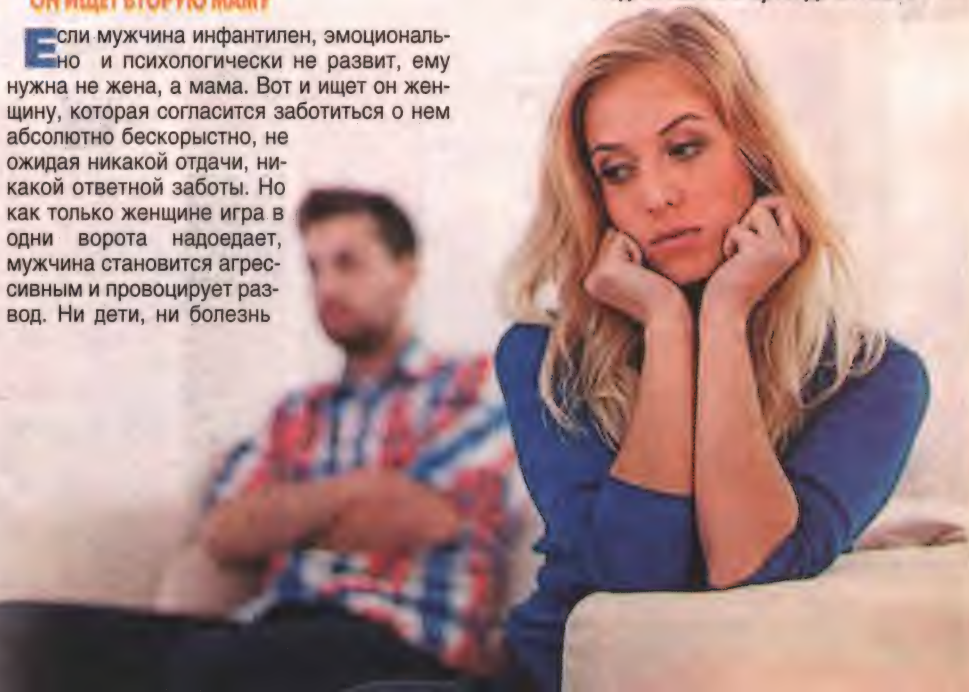
Чем ниже у мужчины самооценка, чем менее он уверен в себе, тем больше он старается самоутвердиться за счет семьи. От жены и детей такой мужчина требует абсолютного и беспрекословного подчинения. Любая попытка просто высказать свое мнение воспринимается таким деспотом как покушение на его авторитет. Причем, прожив какое-то время в браке с таким мужчиной, женщина совершенно теряет самоуважение, приобретает уверенность в своей никчемности, глупости и ненужности никому другому.

И тогда муж начинает манипулировать ею, добиваясь полного повиновения и угрожая уйти из семьи. А когда угрозы уже не помогают, уходит.

Не попадитесь в силки к такому домашнему тирану. Подобные мужчины не умеют любить, они умеют только самоутверждаться за счет других.

Несмотря на кажущиеся плюсы общения с разведенным мужчиной, все-таки следует быть готовой к тому, что в серьезную стадию перевести такого будет непросто. И к трудностям надо быть готовой, так же, как и к тому, что мужчина, переживший один развод, внутренне готов и ко второму, так как подсознательно настроен на неудачу. Он очень негативно и болезненно относится к сценам, ультиматумам и давлению, которые уже пережил в предыдущем браке. Сохраняйте спокойствие, четко говорите ему о том, чего хотите, и о том, чего не хотите от него. Будьте уверены и уравновешенны, и тогда он будет ваш.

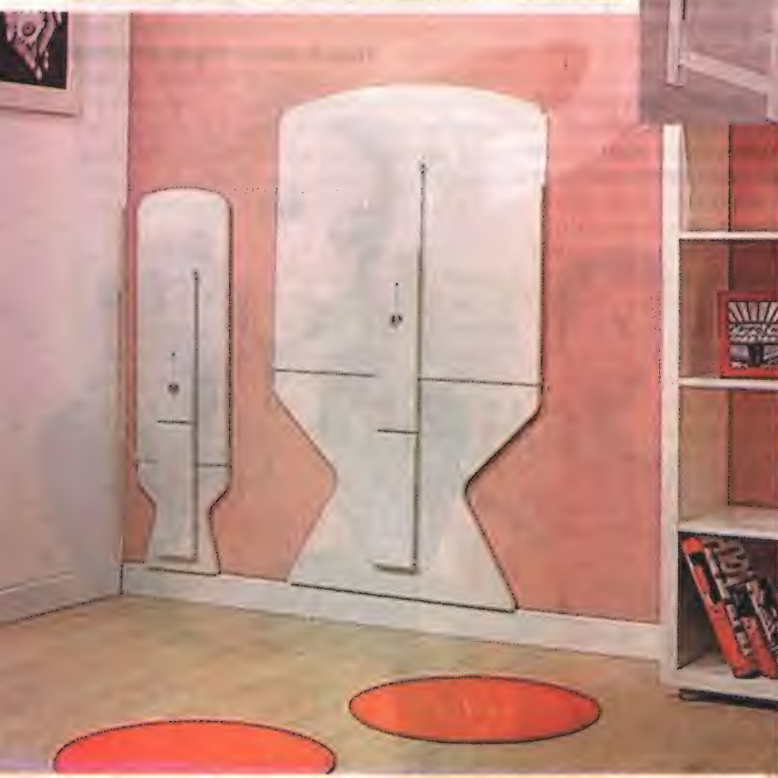
Подготовила Мария ДРОНОВА



СТОЛЫ И СТОЛИКИ ДЛЯ МАЛОГАБАРИТНОГО ЖИЛЬЯ

Мы — гостеприимный народ, и с удовольствием собирали бы у себя большие компании друзей, если бы не одно «но»... Большая часть нашего населения живет в маленьких квартирах и крошечных дачных домиках. Вот для таких площадей и

придумали откидную и трансформирующуюся мебель. Если какие-то модели столов и столиков заинтересуют вас, можно поискать нечто похожее в магазинах, можно сделать ее на заказ или попробовать собственные силы в столярном деле. В собранном виде они практически не занимают места.





● Откидной стол и лавки из покрытых лаком досок плотно сидят в пазах деревянной рамы, прибитой к стене. В разложенном виде стол и лавки стоят на складных крестообразных ножках.

● Обеденный стол в закрытом виде — дверца шкафа. Дверца-столешница при откидывании держится на подставке из металлического уголка с одной стороны и откидной доски, закрепленной стопором, с другой.

● Всем нам известен стол-книжка. Но его можно модифицировать, превратив внутреннюю тумбу в место хранения раскладных стульев. Боковые дверцы позволяют доставать стулья, не откидывая крышку стола.

● Главное достоинство настенного зеркала, которое превращается в стол — мобильность. Пока зеркало висит на стене, оно стационарно, как только вы его сняли и откинули ножки, его можно поставить в любом нужном вам месте. Главное, не забудьте предупредить гостей, чтобы не стучали с размаха коленями в столешницу, ведь там зеркало. Если вы считаете, что зеркало только утяжеляет стол-трансформер и опасно в употреблении, замените его на картину или большую фотографию.

Кстати, если за стол садятся не более трех человек, зеркало можно не снимать со стены: достаточно просто откинуть.

● Для молодой семьи или студенческого общежития отлично подойдет откидной стол и скамейка или две. Когда стол убран, на его место хорошо встает раскладушка, и появляется дополнительное спальное место.

● Будет ли откидной столик туалетным или местом для рукоделия, зависит от того, чем вы наполните полочки ящика-основы.

● Если в доме нет специальной комнаты или большой гардеробной, где можно поставить гладильную доску, то постоянная проблема для хозяйки — куда ее деть. На такой случай и придумали откидную доску, спрятанную за настенным зеркалом. Собираетесь гладить — снимите доску с основания и прикрепите стопор к перекладине на стене.

Если вы захотите изготовить такое зеркало-трансформер, крепите его к раме основы с помощью мебельной петли: она позволяет дверце открываться на 180° и не будет мешать вам гладить.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



ОПТИМИСТ И ПЕССИМИСТ: ГАРМОНИЯ НЕРАВНОВЕСИЯ

Люди по-разному смотрят на жизнь и по-разному реагируют на происходящее вокруг. Как достичь в супружеском союзе гармонии, если один из супругов отявлен пессимистом, а другой — ярым оптимистом? Или — наоборот. А что делать, если оба супруга одного поля ягоды?!

Конечно, в жизни чаще всего приходится иметь дело с промежуточным типом людей, с реалистами. Но что же все-таки происходит, если налицо четко выраженный вариант в каждом из супругов, и что об этом думают психологи?..

Итак, у нас четыре варианта.



Вариант 1

Пессимист + Оптимистка

Оптимист убежден, что мы живем в лучшем из миров. Пессимист опасается, что так оно и есть.

Исходная позиция

Женщине, настроенной на позитив и верящей, что все обязательно получится, даже если пока все плохо, будет непросто с мужем, привыкшем всегда и во всем видеть только плохую сторону.

Конечно, пессимисты бывают разные. Тихие и меланхоличные унывают себе потихоньку, никому не мешая, а есть настоящие «агрессоры», которые живут, орошая желчью окружающую действительность и брюзжа по любому поводу. С таким вряд ли удастся сладить: ведь он не только капитулирует сам по всем направлениям, но и оптимисту не дает «подняться в атаку»...

В борьбе за семейное счастье

Оптимистичная супруга может попробовать победить агрессора, став на какое-

то время его «союзником», соглашаясь с ним, поддакивая ему: «Все плохо, а дальше будет хуже!», «Ты прав: денег нет, и не предвидится. Нас ждет нищета!», «Просвета нет: ребенок — двоечник, кран течет, поехать к морю не удастся уже никогда!..» Возможно, такой подход заставит его взглянуть на собственное поведение под другим углом, и, быть может, понять, как глупо иногда выглядит его бесконечное нытье...

У «тихого» пессимиста шансов на «перевоспитание» несколько больше. Нужны только большое желание и вера «перевоспитателя». Оптимистичная супруга пессимиста должна помнить, что любая неудача в жизни, в том числе и пессимизм мужа, — вещь временная. Для нее фраза «Жизнь — борьба», с добавлением слова «семейная», — будет своего рода девизом. Жизнелюбивая и жизнерадостная, энергичная и инициативная, она будет вновь и вновь «поднимать мужа с колен», внушая ему уверенность в его же силах. Она будет убедительно доказывать, что успешное выполнение сложной работы, изобретение оригинальной мышеловки и поимка на вечерней зорьке трехпудового караса — совсем не случайные его достижения, а закономерный результат.

Результативность

В общем, в обоих случаях человека можно — не перевоспитать, конечно, но — «перенастроить». Здесь понадобится море терпения и океан любви: ведь, как пел Высоцкий, «бить нельзя их, а не вникнут — разъясят!» В конце концов, если перенастройка пессимиста не удастся, а «разъянять» — осточертеет, можно просто плюнуть на это дело и, как и положено оптимистам, жить и радоваться каждому дню. Тем более, что это помогает не болеть.

Постскриптум: советы психолога

Даже в самом оптимистичном человеке должна присутствовать доля пессимизма, понимание, что не всё может закончиться так, как хочется. Поэтому лучше готовиться и к худшему сценарию, продумывать средства защиты от неприятностей в жизни — например, от супруга-пессимиста...



Вариант 2

Оптимист + Пессимистка

Сколько ему осталось жить, пессимист спрашивает у кукушки, а оптимист — у дятла.

Исходная позиция

В этом варианте семейное благополучие во многом зависит от силы личности пессимистической половины. У женщины слабой, которая не в состоянии «подавить» мужа, прогноз, как говорится, неутешительный. Вечно озабоченная, неуверенная в себе, очень мнительная, она делает всё с безысходностью в мыслях — что замуж выходя, что детей рождая, что на работу устраиваясь... Если муж — борец, возможны варианты, а если рохла какой-нибудь, то будь он хоть трижды оптимист — с проблемой ему не справиться. А вот с сильной женщиной оптимист может прожить долгую, и где-то даже счастливую жизнь. Если, конечно, оптимист он покладистый, не любящий ссор, которому проще подчиниться, чем вступить в конфронтацию.

В борьбе за семейное счастье

Мужчина со здоровым оптимизмом и сильным характером будет биться как рыба об лед, пытаться разбудить в супружнице веру в светлое, доброе, вечное и оптимистичное — тянуть ее в горы и походы на байдарках, устраивать дружеские посиделки и интимные вечера — лишь бы вдохнуть в нее ощущение радости жизни. И если это не будет удаваться, он не станет отчаиваться, а будет действовать еще активнее. Он верит, что нельзя постоянно грустить и ненавидеть весь мир, когда рядом живет человек, который по-настоящему наслаждается жизнью. В случаях «умеренного пессимизма» это когда-нибудь да сработает! Сложнее с радикальными пессимистками: безысходность у них словно программирует одну неудачу за другой — и это стресс. А уж крупная неприятность гарантирует уже полномасштабную депрессию.

Результативность

Мужчина даже со здоровым оптимизмом быстро устанет, если у подруги жизни пессимизм безнадежный, а его попытки — безрезультатны. И тогда — поминай как звали!

Пример супружеской пары, где женщина — с сильным пессимистическим характером, а муж — тихий оптимист-трудяга, предложил еще Пушкин в «Сказке о рыбаке и рыбке».

Вечно недовольная, сварливая жена: «Дурачина ты, простофиля! Вернись к золотой рыбке...», — и муж-подкаблучник, оптимистично смотрящий в будущее и поэтому послушно бредущий к берегу моря: «Смилуйся, государыня рыбка!..» Вполне жизнеспособный вариант — если только «старуха» все-таки научится ценить то, что есть. И тогда каждый из них будет счастлив. Иначе они все время будут возвращаться к разбитому корыту! С другой стороны — зато вдвоем...

Постскриптум: советы психолога

Мужчине-оптимисту без волшебного «мгущего веления» сложно «развеселить» царевну Несмеяну, у которой всегда слеза на кончиках ресниц. Надо предложить ей такое занятие, в котором в принципе нет места «печальному исходу». Например, придумать интересное хобби типа «ездим по старинным городам, фотографируем в них достопримечательности и делаем по каждому альбом», начать коллекционирование нибудь-чего и так далее. Такие варианты почти беспроектны и не исключено, что благодаря положительным эмоциям пессимизм постепенно будет сходить на нет. А в дополнение хорошо будет почаще напоминать супруге о положительных моментах повседневной жизни, которые доставляют вам обоим удовольствие: например, то, что вы есть друг у друга.



Вариант 3 Оптимист в квадрате

Мир принадлежит оптимистам,
пессимисты всего лишь зрители.

Исходная позиция

Это тот случай, когда воистину муж и жена — одна сатана, только в хорошем смысле. И тот случай, когда оптимизм — неиссякаем: потому что, если у одного сбой, у другого хватит на двоих! Оптимисты во всем видят только положительные стороны. Это качество помогает обустроить личную и семейную жизнь. У них жизнерадостность бьет ключом, и они активно делятся ею с другими людьми — поэтому обычно такая семейная пара дружелюбна и гостеприимна, и это добавляет им еще оптимизма и жизненной энергии!

В борьбе за семейное счастье

Быть может, сами того не осознавая, оптимистичные муж и жена делают многое

из того, что рекомендуют психологи для семейного благополучия. Они никогда не приносят домой плохое настроение, тягостные проблемы и грустные перспективы. В ссорах — а у оптимистов они нередки — каждый из них до последнего верит в то, что будет принят именно его вариант. Но заканчиваются ссоры чаще всего тем, что каждый предлагает принять вариант другого! Им легко в быту: они оба убеждены, что возможно закончить ремонт, выплатить ипотеку и поймать на вечерней зорьке трехпудового караса — и стремятся это осуществить.

Результативность

Оптимисты часто не способны тонко чувствовать друг друга! Но их общая целеустремленность через тернии к звездам и общая вера в счастливый конец света являются достаточно прочным фундаментом для гармоничной семейной жизни. Особенно если оба верят в любовь. А оптимисты чаще всего верят!

Бывает, оптимисты и разводятся, но с чувством полной уверенности, что в будущем все будет отлично, в том числе и у бывшего супруга...

Да и «двойной» оптимизм, превращая розовые очки каждого в семейный бинокль с многократным «розовым» увеличением, приводит пару порою к недооценке ситуации и неправильным решениям. Но — оптимисты потому долгие и живут, что всегда помнят: «Все болезни от нервов!» А значит, не надо нервничать — надо искать другие пути решения, вот и всё.

Постскриптум: советы психолога

Для крепости семейного союза оптимистам стоит почаще заниматься чем-нибудь совместно, вместе решать те или иные проблемы. Именно общая цель и общая вера в успех будут способствовать тому, чтобы их союз обрел истинную гармонию и процветал.

Вариант 4 Пессимист в квадрате

У оптимистов сбываются мечты, у
пессимистов — их кошмары.

Исходная позиция

Это тоже тот случай, когда муж и жена — одна сатана, только уже не в самом хорошем смысле. Да и откуда взяться хорошему, если в семейном союзе оба «тянут на дно»: когда один самозабвенно строит «Титаник», другой упоенно пишет «Му-Му»! Когда один, приходя домой, недовольно-уныло сообщает, что случайно нашел на улице всего лишь миллион, а хотел бы пять, другой уныло-недовольно добавляет, что и купюры какие-то старые и мятые...

В этой семье не любят и боятся поворотов судьбы: наши герои уверены, что за поворотом их ждет... пропасть!

В борьбе за семейное счастье

Людям, видящим абсолютно во всем только отрицательную сторону, живется не просто. Они не пытаются чего-либо добиться — ни поодиночке, ни вместе —

оправдываясь тем, что это, в общем-то, бессмысленно. Прогнозируя развитие событий, они неизменно рисуют перспективу в черных тонах, с негативными последствиями. Добрые отношения в семье держатся прежде всего на совпадении мрачных оценок окружающей действительности.

Дела на работе у пессимистов часто обстоят не лучшим образом — это не обязательно так на самом деле, просто они так это ощущают, и, кстати, ощущение это приносит домой в виде плохого настроения. унылых жалоб и сетований на всё и вся. Поэтому круг общения их очень узок. Когда жизнь дает трещину, пессимист в нее проваливается — правда, он не испытывает при этом особого разочарования, поскольку он такой результат и предвидел.

Результативность

«Двойной» пессимизм редко приводит к «счастливому семейному союзу, потому что оба «союзника» мечтают об идеале, не верят в него, а не найдя, впадают в депрессию. Но, как ни странно, построенные на «минусах», их союзы обычно бывают долгими. Возможно, потому, что оба считают: «от добра добра не ищут»?! Зато для этой семьи «печального образа» любое отступление от предвиденного ими негативного сценария — уже радость, и это один из немногих плюсов, «на котором» супруги могут строить счастливый брак.

Постскриптум: советы психолога

Несмотря на то, что по законам физики «минусы» отталкиваются, пара пессимистов может только сообща решить и изменить себя и мир вокруг. Способов много: какой выбрать, определит семейный совет с единогласно принятой повесткой: «1. «Мы все умрем» — пессимистично, но факт; 2. «Жить надо так, чтобы, умирая, было что вспомнить!» Если на таком совете к руководству жизнью будет принят пункт 2, значит, семейные отношения можно изменить в лучшую сторону.

Подготовил Саша МИРТ



АЛЕКСЕЙ ТОЛСТОЙ: МУЗЫ СОВЕТСКОГО ГРАФА

С творчеством известного русского писателя Алексея Николаевича Толстого мы начинаем знакомиться уже с детства: Буратино — один из самых любимых наших сказочных героев. Потом приходит черед фантастики — «Аэлита», «Гиперболоид инженера Гарина». И, наконец, наступает время главных произведений — «Хождение по мукам», «Петр I»... А вообще перу А.Н. Толстого принадлежат сотни произведений — романов, повестей и рассказов, сказок и пьес, очерков и стихотворений, — созданных за сорок лет творческой деятельности. Такое обилие и разнообразие явилось следствием удачного соединения в жизни писателя невероятной работоспособности и вдохновения, даруемого музами...

«ГРАФ ИЛЬ НЕ ГРАФ — ВОТ В ЧЕМ ВОПРОС!»

Действительно, этот вопрос очень серьезно занимал юного Толстого. Ему очень хотелось быть графом, а это оказалось непросто. Дело в том, что матушка Алексея — Александра Леонтьевна, к моменту рождения сына ушла от знатного мужа и троих старших детей к совсем не знатному, но зато горячо любимому земскому чиновнику Алексею Бострому. Родного отца, графа Николая Александровича Толстого, Алеша, наверное, никогда и не видел. Назван он был в честь Бострома, именно его считал отцом, а чей же он на самом деле сын, точно не знал. В реальном училище числился как Толстой, письма подписывал «Леля Бостром», а в дворянских книгах вообще не значился.

Детские годы будущего писателя прошли в небольшом имении Бострома на хуторе Сосновка, недалеко от Самары. Там, в Сосновке, летом будущий граф и знаменитый писатель в простой холщовой рубаше дни напролет ловил рыбу вместе с крестьянскими детьми. Первоначальное образование он получил дома, под руководством приглашенного учителя, затем семья переехала в Самару, где Алексей в 1901 году окончил реальное училище.

А незадолго до этого произошло событие, во многом повлиявшее на его судьбу. Зимой 1900-го, когда Алексею было уже 17 лет, граф Толстой умер. После похорон нотариус огласил завещание графа: Алексей признавался сыном и даже получал 30 тысяч рублей наследства. Итак, он стал графом!

Почувявший прилив сил и честолюбия, новоиспеченный граф совершил два поступка, которые должны были продемонстрировать, как ему казалось, его «взрослость» и самостоятельность,

но они больше продемонстрировали его юношескую незрелость. Во-первых, Алексей поехал покорять столицу, где поступил на отделение механики Санкт-Петербургского технологического института, хотя никакой склонности к точным наукам никогда не имел и от перспективы стать инженером в восторг не приходил. А, во-вторых, он женился.

С Юлией Рожанской он познакомился в Самаре, где она училась в гимназии и играла вместе с ним в любительских спектаклях. Молодые люди проводили много времени вместе, а мать Алексея переживала: «Что из этого выйдет?» Вышла сначала свадьба, затем сидящая на шее у родителей студенческая семья, в январе 1903 года увеличившаяся на сына, которого назвали Юрием. Хотя прелестей отцовства молодой граф особю, наверное, не ощутил: младенца вскоре отвезли в Самару к бабушке с дедушкой, а Алексей Николаевич в письмах давал «рекомендации» по воспитанию, не забывая присовокуплять просьбу о деньгах...

«Посократитесь немножечко, живите больше по-студенчески, а не по-графски. Вы хоть и графята, да прежде всего студенты», — пыталась вразумлять сына Александра Леонтьевна, но сокращаться Толстой не любил. Ни тогда, ни позднее.

«ЖЕНА ДАЕТСЯ НЕ ДЛЯ ПУСТЯКОВ!»

Отцовское наследство, 30 тысяч рублей, лежали в банке, и мать не позволяла брать оттуда ни копейки — иначе от них очень быстро ничего бы не осталось. Жить по средствам Толстой решительно не умел, да и не хотел. Но это было бы еще терпимо. Довольно скоро стало понятно, что у молодых лю-

дей совершенно различные интересы, и даже общий ребенок их не связал.

Алексей все чаще стал задумываться о будущем, что его ждет — обыкновенная жизнь обыкновенного инженера: проекты, чертежи, повседневные заботы... И рядом — женщина, напроочь лишённая романтики, исключительно прагматичная и добропорядочная, которая хотела бы иметь в мужьях такого же добропорядочного, предсказуемого, respectable человека с серьезной профессией, хорошим окладом и перспективами. А ему, как в свое время и его матери, когда она уходила от богатого и знатного мужа, хотелось литературной славы, блеска, знакомств с художественной и литературной элитой... Забросив чертежи, он принялся сочинять рассказы, вошел в литературный кружок и быстро заставил о себе говорить как о перспективном молодом писателе. Только писательство с точки зрения реалистически мыслящей женщины и ее родни было делом ненадежным, Юля была всем этим страшно недовольна и настаивала, чтобы Толстой занялся учебой и окончил институт. Он просил почитать его и стать ему музой — любимой, вдохновляющей. Юля ответствовала ему, что жена дается мужу не для пустяков...

ПЕТЕРБУРГСКИЕ ХУЛИГАНЫ

Год 1907-й внес Толстому несколько очень важных изменений в жизнь Толстого. Прежде всего, он опубликовал сборник первых своих стихов, подражательных и довольно слабых, которых он потом всю жизнь стыдился.

Он развелся с Юлией — первый опыт семейной жизни закончился плачевно. Зато он встретил настоящую «боевую подругу» — молодую художницу

Софью Дымшиц. Они не были венчаны (Софья была иудейкой), однако Алексей представлял ее как «графиню Толстую». В этой парочке каждый был вполне достоин другого — «затейники» были еще те. С их именами постоянно были связаны скандалы в артистической среде.

Один из таких скандалов — с Федором Сологубом — закончился плачевно: Толстого перестали печатать в Петербурге. Пришлось перебираться в Москву — там Сологуба не боялись...

А в Москве все изменилось: жизнь здесь, в отличие от столичной, текла размеренно-неспешно. Софья захандрила и срочно засобиралась в Париж — совершенствоваться в живописи. Несмотря на то, что она незадолго до этого приняла православие, чтобы они могли пожениться, Толстой понял, что она его покидает: «Я чувствую, что ты уезжаешь от меня навсегда». Софья отмолчалась.

Что интересно отметить: у Толстого всегда так было — с юности до последних дней: бесшабашный, развеселокутежный образ жизни, где чередовались литературные сборища, вечеринки, салоны, вернисажи, юбилеи, театральные премьеры — когда только успевал?! — и упорный, «многостраничный» ежедневный труд. К 1908 году он уже был признан талантливым литератором, и торопливо стремился «ковать победу». (В скобках заметим: каплю дегтя на блестящий костюм графа-писателя бросила в то время лишь неизвестная тогда Толстому поэтесса Наталья Крандиевская: «С такой фамилией можно и лучше...») В те первые годы накопления мастерства он писал быстро и работал чуть ли не во всех жанрах. Даже друзья изумлялись его работоспособности...

«СЕСТРА МИЛОСЕРДИЯ»

Софья вернулась из Парижа, как говорится, к разбитому корыту. У Алексея Николаевича был новый роман — с замужней дамой, 26-летней Натальей Крандиевской-Волькенштейн, работавшей во время Первой мировой сестрой милосердия. Между прочим, той самой дамой, что каплю дегтя... Вот, ведь, судьба!

В гостях у Крандиевской Толстому было хорошо: его здесь всегда ждали. Пили чай, веселились, Наташа играла на рояле и пела. Голубые глаза ее сияли, от нее веяло спокойствием и уютом... В декабре 1914 года они соединились: «Наташа, душа моя, возлюбленная моя, я знаю: это навек. Если ты меня разлюбишь и оставишь, я погибну».

Позже Толстой опишет свой роман с Крандиевской в «Хождении по мукам», наделив ее характером и биографией главную героиню — Катю. Катя будет говорить, как Наташа, ходить, как Наташа, «чистить перышки», как Наташа. Вот только не будет писать стихов. А Крандиевская писала, и многие считали их талантливыми. Но ради Толстого

намеренно бросила, чтобы, не дай бог, не затмить, не задеть, не обидеть — ну точно, «сестра милосердия»...

В 1917 году у Толстых родился Никита, еще через несколько лет — Дмитрий. Вместе с ними жили и Федор, сын Натальи от первого брака, и Марианна, дочь Толстого от Софьи.

ГОДИТСЯ ЛИ РЕВОЛЮЦИЯ В МУЗЫ?

Писатель с энтузиазмом встретил Февральскую революцию, и даже от лица Временного правительства был назначен «комиссаром по регистрации печати». Но события, следовавшие за Октябрем 1917-го, вызвали у него беспокойство и подавленность. В июле 1918 Толстой с семьей выехал в «литературное турне» на Украину, а в апреле 1919 отплыл из Одессы в Стабул.

Потом были Париж и Берлин, повесть «Детство Никиты» и первая часть трилогии «Хождение по мукам». Но в эмиграции Толстому, привыкшему к комфорту, было тоскливо и неуютно. И добывать средства на жизнь приходилось не всегда трудом. Однажды — дело было в Париже — Толстой узнал, что какой-то «чуждак», надеющийся на скорое свержение большевиков, скупает у помещиков-эмигрантов их имения в России. Толстой тут же нашел его и, практически не торгуясь, за 18 тысяч франков продал свое имение в Каширском уезде — правда, имения этого у него никогда не было...

Не ладились у Толстого и отношения со многими русскими эмигрантами. Мысли о возможном возвращении на родину все чаще овладевали Толстым, и наконец победили: в августе 1923 года Алексей Толстой вернулся в Россию. Точнее, в СССР. Навсегда.

В стране Советов он быстро достиг высот, о которых даже не мечтал. За два десятилетия жизни на родине он опубликовал множество книг, ведь писал он по-прежнему много и разного — достаточно вспомнить «Хождение по мукам», «Приключения Буратино» и, конечно, исторический роман «Петр I»...

Со временем он сделался личным другом И.В. Сталина, постоянным гостем на пышных кремлевских приемах, был награжден многочисленными орденами, премиями. Власть не скупилась на подарки: у писателя было целое поместье в Детском Селе с роскошно обставленными комнатами, три автомобиля с личным шофером... Но внутри, в душе, да и разумом Толстой социалистический строй не принял — просто приспособился к нему, и потому, как и многие, часто говорил одно, думал — другое, а писал — совершенно третье.

КОГДА УХОДИТ МУЗА...

«Советский граф» жил на широкую ногу, обожал застолья, толпы гостей. А «между застольями» Тол-

стой писал — непременно каждый день, даже с утра после своих невозддержанных барских приемов. И иногда забывал совсем про свою Наташу. Между ними участились ссоры, полные недопонимания и упреков.

И однажды Наталья все-таки не выдержала и уехала с детьми из загородного дома в Ленинград, оставив мужу записку с... объяснением в любви. Но надо было знать Толстого: если уходит одна муза, значит, должна прийти другая. И она пришла. Пришла в лице Людмилы Баршевой, которую сама же Наталья Васильевна определила в секретарши к мужу. Вскоре Баршева, как говорится, утвердилась не только в кабинете писателя, но и в его спальне.

Наташа приняла такой исход без истерик и сцен. А после развода снова начала писать стихи — в том числе и про свою любовь к бывшему мужу...

В октябре 1935 года 52-летний Толстой женился на 29-летней Людмиле. На свадебном торжестве говорил, что впервые в жизни по-настоящему полюбил...

Десять лет пролетели как одно мгновение. Благополучие и слава Толстого лишь умножались, а миловидная изящная Мила, хоть и не имела талантов Софьи или Натальи, не только скрасила последние годы писателя, но и смогла вдохновить его на новые шаги в литературе.

МЕЧТЫ ОСТАЮТСЯ

А потом грянула Великая Отечественная. 58-летний писатель часто выступает со статьями, очерками, рассказами, героями которых были люди, проявившие себя в тяжелых испытаниях войны. И все это — несмотря на прогрессирующую болезнь и связанные с ней поистине адские муки: в июне 1944-го врачи обнаружили у Толстого злокачественную опухоль легкого. Тяжелая болезнь не дала ему дожить до конца войны. Он умер 23 февраля 1945-го в Москве.

...Его творческое наследие очень велико, и во многих произведениях он проявил себя большим мастером создания ярких характеров, увлекательных сюжетов, красочного живого языка. Реализм у него легко соседствовал с фантастикой и сказкой. А была еще одна мечта, которую он высказал Наталье Крандиевской, в то время шли откровенные нападки на его фантастический роман «Аэлита»: «Кончатся дело тем, что напишу когда-нибудь роман с привидениями, с подземельем, с зарытыми кладами, со всякой чертовщиной. С детских лет не утолена эта мечта...» Это была бы замечательная книга!

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

Н. Толстая-Крандиевская. Я вспоминаю; К. Чуковский. Алексей Николаевич Толстой (Из воспоминаний); А. Варламов. Алексей Толстой («ЖЗЛ»); и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

Об имущественных спорах

О расторжении брака с отсутствующим супругом О пособиях для опекунов детей, оставшихся без попечения родителей

В собственности моего мужа находится частный дом. Этот дом мы сейчас полностью перестраиваем. Часть денег нам дал его отец (никаких чеков или иных документов, подтверждающих факт передачи денег, нет). Недавно у мужа обнаружили рак. Свекор требует вернуть ему деньги, в противном случае он отберет у меня недостроенный дом.

Подскажите, как мне обезопасить юридически себя и сына в случае смерти (не дай Бог) мужа? Ведь свекор тоже наследник первой очереди!

Можно ли оспорить завешание? А дарственную? А если ни одного из этих документов не будет?

Если никаких документов составлено не будет, то, в случае смерти Вашего супруга, дом будет подлежать наследованию по закону. Это означает, что на принятие наследства будете претендовать Вы как супруга, Ваши дети и родители Вашего супруга в равных долях. Если дом был приобретен в период брака, то Вы вправе заявить о выделе Вам 1/2 доли как

пережившей супруге, тогда в наследство поступит 1/2 доля дома, которая будет делиться в равных долях между всеми наследниками. Если дом был приобретен до брака, то либо он весь поступит в наследственную массу, либо Вам придется в судебном порядке доказывать, что, поскольку дом существенным образом был перестроен в период брака, его следует признать совместно нажитым имуществом и выделить Вам 1/2 долю в нем как пережившей супруге.

Составление завешания в данном случае невыгодно не тем, что оно может быть оспорено, поскольку, как следует из описанной ситуации, Ваш муж находится в здравом уме, а тем, что отец Вашего мужа, вероятнее всего, уже является пенсионером, и, соответственно, сможет претендовать на обязательную долю в наследстве, независимо от содержания завешания.

Размер этой доли определяется как 1/2 от той доли, на которую он мог бы претендовать, если бы наследование осуществлялось по закону. Даже если размер доли, которую получит свекор по наследству, будет мала, он все равно будет иметь право владеть и

пользоваться домом, распоряжаться своей долей.

С юридической точки зрения Вам выгоднее, чтобы Ваш муж подарил дом Вам и вашим детям, поскольку в этом случае дом не поступит в наследственную массу после смерти супруга и, соответственно, свекор не сможет претендовать на долю в доме.

С учетом того, что на сегодняшний день Ваш супруг — собственник дома, как поступить в данной ситуации, решать ему. Представляется, что, прежде всего, необходимо понять причину возникшего конфликта: не обусловлен ли он боязнью Вашего свекра остаться без крыши над головой, а также без ухода после смерти сына.

Если у отца Вашего мужа нет иного жилья, то, возможно, Ваш супруг посчитает необходимым распорядиться домом каким-либо иным образом, чтобы соблюсти интересы, в том числе, и своего отца.

Мой муж — гражданин другого государства. Мы зарегистрировали брак в России и жили по моему месту жительства, где он был зарегистрирован на срок действия его вида на жительство.

После ссоры мы прекратили общаться, где он сейчас находится, я не знаю, прошло уже несколько лет, как мы расстались. Мне бы хотелось оформить развод, чтобы иметь возможность в будущем вновь выйти замуж.

Скажите, пожалуйста, могу ли я расторгнуть брак, если не смогу найти контакты своего мужа.

Будучи гражданкой России, Вы вправе расторгнуть брак в соответствии с законодательством Российской Федерации. По общему правилу, иск предъявляется по месту жительства ответчика. Если у Вас есть общий ребенок, то Вы вправе подать иск о расторжении брака в суд по своему месту жительства. Когда место жительства ответчика неизвестно, иск может быть предъявлен по последнему известному месту жительства ответчика. В Вашем случае, с учетом того, что Ваш супруг проживал у Вас, Вы можете указать свой адрес в качестве его последнего известного места жительства. В исковом заявлении необходимо указать, что супруг был у Вас зарегистрирован и что после прекращения семейных отношений он

уехал в неизвестном Вам направлении. К иску желательно приложить копию вида на жительства супруга с отметкой о регистрации его по Вашему адресу. Но если у Вас эти документы не сохранились, Вы можете попросить суд в судебном заседании истребовать эти сведения из Федеральной миграционной службы. Для суда важно предпринять попытку известить ответчика по тому месту, где он проживал. Но даже если ответчик не получит повестку, это не может являться основанием для отказа Вам в иске.

Суд рассмотрит Ваш иск и вынесет решение о расторжении брака.

Я являюсь опекуном двух детей в возрасте 8 месяцев и 2 года. Опека была оформлена совсем недавно, когда родители детей отказались забирать их из детдома. Скажите, пожалуйста, какие пособия предусмотрены для опекунов.

Статьей 12.1 Федерального закона «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей» предусмотрено право на получение единовременного пособия при передаче ребенка на воспитание в семью, в том числе при установлении опеки, передаче на воспитание в приемную семью детей, оставшихся без попечения родителей. Размер пособия на 2016 год составляет 15512,65 руб.

До достижения ребенком возраста 1,5 года выплачивается пособие в размере 2908,62 руб. ежемесячно на первого ребенка, на второго выплачивается 5817,24 руб.

Говоря о втором ребенке, законотворец имеет в виду, что, если у Вас на воспитании уже есть один ребенок, то за уход за вторым и последующими детьми, не достигшими возраста 1,5 года, размер пособия, который Вы будете получать, будет повышенным.

Кроме того, во многих субъектах Российской Федерации действуют законы, предусматривающие дополнительные выплаты лицам, установившим опеку над детьми, оставшимися без попечения родителей.

**На вопросы отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат
О.Н. АЛИМКИНА**



Я слышала, что в Грузии каждого третьего ребенка в семье крестит сам патриарх. Получается, что он становится крестным отцом этих детей.

Но если мы несем ответственность перед Богом за одного-двух крестников, как же он может воспитывать и отвечать за такое количество людей?

Ведь фактически — индивидуально — он не сможет ими заниматься. Возможно, он и видит-то их всего раз в жизни, когда крестит.

Очень сложно ответить на этот вопрос. Могу по этому поводу сказать следующее. Во всех поместных церквях существуют свои обычаи и традиции, которые вырабатываются согласно географическому положению региона, быту и жизнедеятельности людей и т. д. Например, в РПЦ сложилась традиция на Преображение Господне освящать все плоды нового урожая (яблоки, виноград, груши, персики.) А в северных странах плоды не освящают, а просто совершают обыкновенное Богослужение.

Я всегда считала, что покойника перед погребением заносят для отпевания в церковь. Но в последнее время не раз становилась свидетелем, как отпевают дома, в морге (если хоронят прямо оттуда), во дворе дома, где жил покойный (прямо на улице), и даже уже на кладбище.

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Правильно ли все это делается, и есть ли разница для покойного, где его отпевают?

Конечно, совершать все, что связано с духовной составляющей человека, необходимо в церкви. Но существует много различных проблем, из-за которых невозможно покойного занести для отпевания в храм. Например, кладбище расположено в том районе, где храма нет, человек очень долго находился в морге или болел какой-то болезнью, когда по медицинским показаниям запрещается его тело заносить в закрытые помещения, и т. д.

Тогда, чтобы покойного проводить в последний путь, батюшку приглашают туда, где проститься с усопшим наиболее удобно для всех. Поэтому там и совершается отпевание. Главное — не место, где отпели, а то, что по покойному совершили заупокойную службу.

В жизни, как известно, встречаются разные ситуации. Бывает, что люди болеют, причем неизлечимо, длительно и тяжело. Они испытывают невыносимые боли, но страдают не только от них, но и от того, что доставляют мучения своим близким.

В таких случаях иногда люди молят Господа о смерти. Можно ли просить у Господа для себя смер-

ти как избавления от невыносимых страданий? Не противоречит ли такая просьба главным церковным канонам?

Бо опрос некорректный. Правильнее будет обращаться к Богу, чтобы Господь избавил Вас от страданий и помиловал ваших близких, чтобы они не испытывали никаких проблем в уходе за больным человеком, которому необходима их помощь.

Моя сестра, вроде бы, человек верующий. Она молится по утрам и вечером перед сном, соблюдает посты и церковные праздники, но в церковь ходит редко. Говорит, что когда священник кадит в храме, у нее начинают слезиться глаза, першит в горле и от этого начинается кашель. Ей приходится выходить из храма на улицу, чтобы не мешать остальным верующим. Она считает, что такое состояние у нее связано с аллергией, но я знаю многих людей, которые не ходят в церковь по этой же причине. Не может же быть аллергия у всех! Как Вы считаете, от чего это с ними происходит?

Бесли человеку становится в церкви плохо, то, с религиозной точки зрения, с ним явно что-либо не так. Поэтому, если у человека есть желание ходить в храм, как все остальные верующие христиане, то ему необходимо найти в своей жизни причи-

ну, которая является корнем вашей проблемы. А поможет Вам в этом батюшка того храма, в который ходит Ваша сестра. Попросите его о беседе и расскажите обо всем, что происходит с Вашей сестрой.

Месяц назад я была невольным свидетелем того, как на нашей улице ругались две соседки, при этом обзывали друг друга так, что невозможно повторить. Но самое страшное было сказано в завершение скандала, когда одна соседка другой крикнула в сердцах: «Будь ты проклята!», а вторая ответила ей тем же.

Недавно женщины помирились и стали опять чуть ли не родными. А я все думаю о проклятиях, которыми они «наградили» друг друга.

А может быть, раз они помирились, эти проклятия уже потеряли силу, ведь произносились они в запале, в гневе и, скорее всего, неосознанно?

Проклятие — это очень страшная вещь. И, как правило, из-за него страдает не только тот, на кого оно насылается, но и тот, от кого проклятие исходит. Поэтому ни при каких условиях христианину нельзя прибегать к данным методам. Но если все-таки такое произошло, то и одному, и второму необходимо сходить в храм и на исповеди попросить у Бога прощения.

Православный календарь на август

(новый и старый стиль)

- 1 августа / 19 июля** — Обретение мощей прп. Серафима, Саровского чудотворца
- 2 / 20** — Пророка Илии
- 4 / 22** — Мироносицы равноап. Марии Магдалины
- 5 / 23** — Почаевской иконы Божией Матери
- 9 / 27** — Вмч. и целителя Пантелеимона
- 14 / 1 августа** — Происхождение (изнесение) Честных древ Животворящего Креста Господня (медовый Спас). Начало Успенского поста
- 19 / 6** — Преображение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа (яблочный Спас)
- 22 / 9** — Апостола Матфия
- 26 / 13** — Отдание праздника Преображения Господня. Преставление, второе обретение мощей свт. Тихона, еп. Воронежского, Задонского чудотворца
- 27 / 14** — Предпразднство Успения Пресвятой Богородицы. Перенесение мощей прп. Феодосия Печерского
- 28 / 15** — Успение Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии
- 29 / 16** — Попразднство Успения Пресвятой Богородицы. Перенесение из Едессы в Константинополь Нерукотворенного Образа (Убруса) Господа Иисуса Христа.

РЕЦЕПТ ОТ ЖАРЫ -

В ЗВЕЗДНОМ СТИЛЕ

**Как спасаются в жару богатые и знаменитые?
Какие средства помогают им утолить жажду?
Сегодня звезды делятся с нами своими рецептами
любимых напитков.**

**ГВИНЕТ
ПЭЛТРОУ:**

ДЕТОКС-ХИТ

Актриса, ведущая здоровый образ жизни и уже несколько лет придерживающаяся микробиотической диеты, в течение дня утоляет жажду специально приготовленной «водой с наполнителем». Этот напиток, который по совету своего диетолога пьет актриса, способствует похудению, очищает организм от шлаков и насыщает его полезными минералами и витаминами. Для его приготовления нужно взять один лимон, грейпфрут и мандарин, очистить их и разделить на дольки. Добавить нарезанный кубиками огурец и несколько веточек мяты. Залить все это двумя литрами воды и поставить в холодильник на ночь.



ДЖОННИ ДЕПП:
ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ

По мнению Джека-Воробья, лучше всего справиться с жарой поможет бутылочка замороженного зеленого чая. «Летом у меня морозилка всегда забита бутылка-

ми с зеленым чаем. Это лучший напиток, который не дает мне умереть от жажды», — утверждает актер.



СЕЛЕНА ГОМЕС:
МИЛКШЕЙК

Певица просто обожает молочные коктейли с мороженым. «Мой самый любимый с детства коктейль — тот, который готовила мне мама. Она брала стакан молока,



добавляла горсть клубники, два шарика ванильного мороженого и немного ягодного сиропа. Все это нужно взбить блендером и можно наслаждаться великолепным напитком!»



МЭРИЛ СТРИП:
**КОКТЕЙЛЬ ИЗ
ДЫНИ С ИМБИРЕМ**

Эту актрису по праву считают иконой стиля, и ее вкусы и предпочтения вполне соответствуют этому высокому званию. Понятно, что любимый напиток звезды должен быть таким же элегантным, как и сама актриса. Этот коктейль прекрасно подходит для летнего вечера на террасе, где актриса любит проводить время. Вот его рецепт: смешайте 1 чашку мякоти дыни со щепоткой натертого на терке свежего имбиря, добавьте немного корицы и залейте смесь бутылкой охлажденного сухого белого вина. Можно проводить вечер в компании с актрисой!



АНДЖЕЛИНА ДЖОЛИ: ВОДА С ТРАВАМИ

В последнее время актриса тщательно следит за своим весом и очень боится поправиться, поэтому предпочитает еду и напитки с минимумом калорий, а также старается пить побольше воды. В течение дня Джоли утоляет жажду обычной водой с добавлением трав, которые придают напитку вкус и аромат. В холодную воду она обычно добавляет розмарин, тимьян, мяту, базилик, кинзу и петрушку.



ДЖАСТИН ТИМБЕРЛЕЙК: КОЛА С МОРОЖЕНЫМ

Певец предпочитает очень простой освежающий напиток из традиционных продуктов, всегда имеющихся в холодильниках современных молодых американцев

— колы и мороженого. Для его приготовления нужно положить в высокий бокал мороженое и залить его колой. Имейте в виду, что при приготовлении напитка поднимается большая пена, поэтому учитывайте это обстоятельство при выборе посуды.



РИЗ УИЗЕРСПУН: АРБУЗНЫЙ ЛЕД

В жаркие летние дни актриса часто готовит это лакомство для себя и своих детей — Авы и Дикона. Приготовить арбузный лед очень просто. Нужно измельчить в блендере мякоть арбуза, добавить к ней охлажденный сахарный сироп по вкусу и немного лимонного сока. Затем все перемешать, разложить в пластиковые стаканчики, добавить деревянную палочку и заморозить. Перед употреблением нужно опустить стаканчик в горячую воду и вынуть мороженое, потянув за палочку.



ГВЕН СТЕФАНИ: СЛАШ

«В жаркий день нет ничего лучше, чем слаш. Он очень бодрит и утоляет жажду!» — уверена актриса и певица. Что же это такое?

Слэш — ставшее недавно очень популярным лакомство, представляющее собой не-

что среднее между десертом, напитком и фруктовым льдом. Его можно сравнить с подтаявшим снегом с наполнителем. Добавки ограничиваются только фантазией того, кто их готовит. К слашу можно добавить кусочки лимона, апельсина, малину, клубнику, ягодный сироп, шоколадную крошку и т. д. Готовится десерт так: нужно высыпать кубики льда в блендер и размельчить их на низкой скорости до состояния подтаявшей крошки. Остается добавить любимый наполнитель и наслаждаться!



ТОМ КРУЗ: КОФЕ ГЛАСЕ

По мнению актера, лучшее средство, чтобы взбодриться и утолить жажду — это холодный напиток из черного кофе с добавлением ванильного мороженого и щепотки корицы.



ДЖЕННИФЕР ЭНИСТОН: БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЙ МОХИТО

«Лучший способ утолить жажду — выпить большой бокал холодного мохито. Я делаю его очень просто: наливаю в шейкер стаканчик «Спрайта», выжимаю туда половинку лайма, добавляю нарезанную мяту и высыпаю колотый лед. Перемешиваю и выливаю в высокий бокал», — делится рецептом Дженнифер.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ДВЕ В ОДНОЙ «ГОЛУБКЕ»: ЮЛИЯ КАДУШКЕВИЧ И МАРИЯ КУЛИКОВА

Шестнадцатисерийная мелодрама «Голубка», снятая в 2011 году режиссером Романом Просвирным по одноименной повести Алины Знаменской, смотрелась зрительской аудиторией телеканала «Россия 1» с большим интересом. Судьба главной героини, Леры Подольской, никого не оставила равнодушным, и запомнились актрисы, сыгравшие Леру: юную (ее играет белорусская актриса Юлия Кадушкевич) и повзрослевшую, которая предстает в облике Марии Куликовой.

ЮЛИЯ

КАДУШКЕВИЧ —

ЮНАЯ «ГОЛУБКА»

На момент съемок в «Голубке» самой Юлии, правда, было на 10 лет больше — 26, но белорусская актриса потрясает своей трогательной юной внешностью и сегодня.

Родилась она в 1985 году в городе Витебске, раннее детство прошло в Советском Союзе, а значит, русский язык ей родной, а ныне живет в стране Беларуси. На родине она актриса столичного драматического государственного театра, а в России завоевывает все большую популярность, снимаясь в телесериалах. На ее счету уже более тридцати российских фильмов, и даже главные роли в таких, как: «Пойти и не вернуться», «Я помню», «Самая счастливая», «Выйти замуж за генерала», «Полосатое счастье», «Знахарка», «Хочу замуж». И это далеко не полный список ее киноработ.

Жизнь Юлии, в отличие от сыгранных ею героинь, чиста, проста и прекрасна, как и ее внешность. Отличница в школе мечтала «вырасти и стать»: писательницей, балериной, учительницей, актрисой. Родители настоятельно советовали получить профессию переводчика. Юлина мама — актриса, но работала режиссером телевидения и внушала дочери, что актерская профессия зависима не только от режиссерского выбора, но и от множества других обстоятельств. К тому же, в школе Юлия была очень застенчивой девочкой, и актрисой ее никто из родственников не видел. И все же она поступила на актерский факультет Белорусской академии искусств. По окончании БГАИ, в 2006 году, талантливую выпускницу принимают в Национальный академический драматический театр им. Максима Горького, на сцене которого вот уже 10 лет она с успехом

играет во многих постановках.

На родине Юлия Кадушкевич еще и популярная телеведущая: в утренней передаче центрального телеканала ОНТ у нее своя рубрика: «Леди чистота» — это первый телевизионный опыт, а любимый ее телепроект — белорусская программа «Жди меня». Во всех интервью на вопросы о том, чем она гордится в жизни, Юлия вспоминает об этой программе: «Меня волнуют настоящие, всамделишные истории людей, прошедших на программу «Жди меня». Я подношу к человеку микрофон и вижу непритворные слезы, слышу надрыв в голосе, ведь у каждого участника передачи — своя боль. Услышанное долго не выходит из головы, волнует и после эфира. Хочется бросить микрофон и бежать искать этих пропавших людей, за которых так переживают их близкие. И так радуешься, когда удается помочь!» И, конечно, крупницы этих эмоций перетекают в актерские работы, может быть, поэтому актриса Юлия Кадушкевич так искренне правдива в своих ролях на сцене и на экране. Во всех трех ипостасях своего появления перед зрителями она — профессионал и тонкий аналитик. Ей нравится это триединое актерское существование: так, на телеэкране нельзя играть эмоцию, здесь надо быть самим собой, со своим настоящим жизненным багажом, тогда ты интересен. В театре — всё более эмоционально, преувеличенно, но тут тебя затягивает магия перевоплощения и азарт: надо же добиться, чтобы зритель поверил, что ты, к примеру, именитая итальянская строптивница XVI века. А в кино «препарировается» мысль и взгляд, должно быть видно то, что скрыто внутри: на киноэкране актер на волосок от зрителя, что называется, «как на ладони», тут даже не перевоплощение, а жизнь в образе. Эта смена ощущений питает ее энергией, закаляет мастерство, за это она и полюбила свою профессию. Полюбила гораздо позже, чем приобрела, потому что сначала ощущала только интерес, возможность прео-



доления себя, ведь в детстве стеснялась даже отвечать на вопрос: «Как тебя зовут, девочка?», но при этом всегда хотела быть особенной. «Я поняла, чего хочу от жизни, на что я способна, что мне интересно делать сейчас и будет интересно через 30 лет: воплощать чужие судьбы на экране и на сцене — это мой сознательно выбранный путь». Она готова сыграть любые женские роли, которые ей предложат, потому что ей интересно все. А мечта — Анна Каренина.

Но есть еще мечта и о мужской роли — несбыточная, но почему-то преследующая — князь Мышкин из «Идиота» Достоевского. Это любимый литературный герой, любимый, много раз перечитанный роман. А вдруг найдется режиссер, который увидит хрупкую, с тонкой душевной организацией, Юлию Кадушкевич в образе героя Достоевского. Прецеденты известны: Алла Демидова в роли шекспировского Гамлета, Марина Неелова — гоголевский Башмачкин. А время непредсказуемых экспериментов в искусстве — это наше время.

А есть ли какая-то обыденность в ее жизни или она только парит в горних высях? Иногда сидит за швейной машинкой, хочет научиться вязать, начала учить французский язык и намерена возобновить занятия игры на фортепиано. Самая бесполезная вещь в ее квартире — телевизор, зато много бытовых приборов, облегчающих женскую домашнюю работу. Юлия не скрывает, что ей приятно, когда узнают на улице и говорят комплименты. И ни за какие деньги не согласна уехать на съемки на полтора

года в другой город, потому что счастлива в личной жизни. На вопрос о том, с кем бы хотела надолго застрять в лифте, отвечает: «С мужем». И добавляет, что это происшествие дало бы им прекрасную возможность поговорить друг с другом, поинтересоваться, как прошел день. Муж Юлии, известный белорусский актер Роман Подоляко, служит в Национальном академическом театре им. Янки Купалы.

Супруги считают, что секрет их безоблачной совместной жизни в том, что общая профессия отнимает много сил, и дома хочется порой просто отдохнуть и помолчать, вот потому нет ни претензий, ни выяснений отношений. А лучшее времяпрепровождение — беззаботная совместная ночная прогулка.

МАРИЯ КУЛИКОВА —

ПОВЗРОСЛЕВШАЯ «ГОЛУБКА»

Вторая исполнительница «Голубки» — известная российская актриса Мария Куликова «вступает» в роль, когда главная героиня становится старше на 8 лет. Точно такая же разница в возрасте и у актрис — Кадушечкич и Куликовой. И вплоть до 37 лет — возраст героини, на котором заканчивается сериал — «Голубка» красива, стройна и обаятельна, как и сама Мария Куликова, которой в следующем году исполняется 40.

Сегодня на ее счету почти 60 киноролей, 13 лет успешной работы в Театре сатиры, участие в уникальном проекте известного немецкого дирижера Герда Альбрехта — 100 актеров читают «Евгения Онегина» на фоне оркестра, играющего музыку Сергея Прокофьева, написанную им в 1936 году к одноименному спектаклю режиссера Александра Таирова.

Кастинг на этот, прошедший с аншлагами во многих странах, проект был достаточно жестким, и когда Альбрехт выбирал героиню, срезонировали, наверное, музыкальные гены Куликовой.

Ведь семья Марии связана с классической музыкой совсем не поверхностно: бабушка долгие годы возглавляла факультет вокала знаменитого Музыкального училища им. Гнесиных, отец — профессиональный бас, правда, мама не музыкант — инженер.

Да и Мария сначала не собиралась связывать свою профессию с миром искусства, хотела стать юристом. В выпускном классе школы стала посещать подготовительные курсы для поступления на юрфак МГУ, но после нескольких месяцев занятий поняла, что заучивание огромного количества законов,

поправок к законам и т. д. и т. п. ее совершенно не привлекает. Ну, не зря же она с 10 лет посещала театральную студию, участвовала во всех детских спектаклях.

Решила попробовать стать актрисой. Не сказав ничего родителям, отнесла документы не в МГУ, а в театральное училище им. Щукина, прошла все три отборочных тура, успешно сдала вступительные экзамены и поступила. Училась хорошо, и после окончания была принята в один из ведущих театров Москвы — Театр сатиры.

Во время учебы в вузе по кастингам Мария не ходила, прислушивалась к советам педагогов, что сначала надо овладеть профессией. Но сразу после окончания начала активно сниматься в кино: «Затворник» Кончаловского, «Империя под ударом» Газарова и Милокова, и сериалах: «Поворот ключа», «Убойная сила-3».

Счастливая случайность — Мария перепутала двери на пробы к разным фильмам и была утверждена на одну из главных ролей в сериал «Две судьбы» — сделала ее известной актрисой. Роль в этой картине — ее звездный билет (кстати, съемки сериала шли в родительской квартире Куликовой, которая идеально подходила по реквизиту). Далее практически безостановочно ей предлагают роли, и в каждом фильме она оправдывает надежды режиссеров и радует своей игрой зрителей: «Сестры по крови», «Разрешите тебя поцеловать», «Доярка из Хацапетовки», «Скифософский», «Парфюмерша», «Муж на час», «Куда уходит любовь»...

Сериал «Две судьбы» стал поворотным и в ее личной жизни: на съемочной площадке этой картины она встретила свою судьбу — актера Дениса Матросова. Чувство вспыхнуло между ними вопреки, а может, благодаря тому, что оба переживали на тот момент тяжелый разрыв прежних отношений.

Мария была в шоке от предательства предыдущего возлюбленного, а Денису его гражданская жена только что родила двух сыновей-близнецов, но оформила в ЗАГСе их свидетельство о рождении с прочерком в графе «отец», даже не спросив Дениса, не собирается ли он усыновлять детей (и 12 лет даже не показывала им отца). А союз Куликовой и Матросова (сначала только любовный, а через 3 года и брачный) счастливым был 14 лет. Они вместе снимались в нескольких фильмах, построили дом, родили сына Ваню. А потом расстались. Выдохлись, устали от постоянной гонки за заработком на строительство, а потом на обустройство большого загородного дома, все меньше проводя времени вместе, все больше мотаясь по съемкам и гастролям. Сына Денис не бросил, часто навещает, «отвечает» за его физическую подготовку и формирование мужского характера, не зря ребенок представляется так: «Я — Ваня Матросов и еще Денисавич». А маме он помогает во всем, делая по дому немужскую работу: моет посуду, полы, пылесосит. Друзья актри-

сы, видя такое рвение к домашней работе ее сына, шутят: «Если органы опеки узнают, как пятилетний ребенок в доме вкалывает, тебя лишат родительских прав, Куликова!» Незамужняя на сегодняшний день Мария мечтает подарить своему сыночку сестренку. А новая возлюбленная Матросова, юрист Ольга Головина, с которой он познакомился в театре после одного из своих спектаклей, родила ему в этом году тоже сына (четвертого в его жизни) прямо на Пасху, 1 мая.

У Куликовой нет ревности, для нее теперь главный мужчина в жизни — сын, и уверенности в собственных силах ей не занимать, не зря в интервью после съемок в сериале «Парфюмерша» она заявила: «Мое поколение воспитывалось в советское время, когда проявлять свои чувства было не принято. В результате повзрослевшие сорокалетние женщины не знают себе цену, не ждут от жизни ничего и пашут, как лошади, не подозревая, что достойны настоящего счастья. Да и в последнее время все фильмы о женской судьбе похожи друг на друга: героиню бросает муж, оставляя у разбитого корыта с ребенком на руках. А в нашем сериале все иначе. У сорокалетней женщины возникают чувства к молодому парню...» Сама Мария Куликова все свободное время посвящает сыну, в общении с противоположным полом, пока, к сожалению, не замечена. А маленький Ваня ждет сестренку...

Подготовила Мария ПЕТРОВА



— Ах, если бы не этот платок, жизнь могла бы сложиться иначе! — моя пожилая попутчица отворачивается и долго смотрит в окно. К убегающему пейзажу она равнодушна. Взгляд скользит по заснеженным деревьям, заброшенному полустанку, но ни на чем не задерживается. Глаза живут отдельно от окружающего жизнью. В них тревога.

В столичном кинотеатре крутили новое кино про любовь. Ее подружки по заводскому цеху уже успели посмотреть фильм и в обеденный перерыв дружно осуждали главную героиню: красивую и расчетливую охотницу за перспективными женихами. И имя-то ей придумали подходящее, вредное такое — Марта. А внешность? Все искусственное: обесцвеченные волосы, густо накрашенные ресницы. И любовь у нее такая же показная и недолгая, как красота. Другое дело — вторая героиня ленты: простая, деревенская девушка Лида. Такая если полюбит, то на всю жизнь. Жаль, что парни этого сразу не понимают. Не каждому дано разглядеть красоту полевого цветка. Пройдет, не наклонится. А остановится — сорвет и выбросит. Как главный герой, посмеявшийся над простодушной Лидой.

Пересказ сюжета с любовным треугольником она слушала лениво.

Мысли занимала своя сокровенная тайна. Третий месяц в ней жила новая жизнь. И третий месяц она не могла подойти к человеку, чье семечко проросло под ее сердцем. Он охладил внезапно. Здоровался вежливо-равнодушно и торопился пройти мимо, словно и не было между ними торопливо-случайной связи.

Как скажет ему? Что будет делать, когда ребенок

родится? Как переживет осуждающий шепот односельчан? Дни проходили, а ответа не было ни на один вопрос. Напряжение росло, нужно было отвлечься от назойливых мыслей. Решила сходить в кино. Надела кримпленовый костюм — эта ткань только начинала входить в моду, и в нем она, деревенская де-

поняла, что у него назначено свидание. «Девушка, у него новая девушка» — сердце заколотилось и ноги стали ватными. Отдыхалась и пошла к нему.

— Здравствуй! Нам нужно поговорить.

— Хорошо, поговорим. После фильма. Сейчас иди. Я тебя найду.

Сеанс закончился, зрите-

о нее. Как они весело разговаривают. Ой, да они же говорят про нее! Они смеются над ней. Она резко выпрямилась и оглядела себя, выискивая недостатки костюма. Кримплен не мнется, пятен нет, пуговицы на месте. Над чем же они смеются? Платок! Вырядилась же, деревня! Она сорвала платок с головы, скомкала и положила в карман. А его девушка наверняка платков не носит. Она в городе родилась, умеет прически красивые делать. И ему нравится с ней вот так, под ручку ходить. Показывать друзьям: смотрите, какая красавица! А с ней он так не ходил — стеснялся.

Опустошенная своими догадками, она медленно побрела к трамвайной остановке.

Другая девушка. У него любовь. Наверное, будет свадьба. А у нее ребенок под сердцем. Зачем он ей? В городе своего угла нет. В деревне одну с ребенком затравят. Одинокие женщины всегда во всем виноваты. Завезет колхозный тракторист сена, а на следующий день его жена с упреками: чего у ворот рядом стояла, глазки строила! Залежатся дрова на улице — председатель сельсовета с выговором идет. Как будто не понимает, что одной по хозяйству не успеть. Безмужней в деревне трудно. А с ребенком кто возьмет? Не нужен ей этот ребенок. Он про него знать не хочет, и ей он не нужен.

— А где ребенок? — удивилась квартирная хозяйка, увидев, что из роддома она вернулась одна.

Вдвоем с ней они и поехали в больницу обратно. Успели. Через час за новорожденной девочкой должна была прийти машина из Дома малютки.

Замуж ее все-таки взяли. В доме первого мужа прожила год и ушла — не было больше сил смотреть, как обижают ее маленькую дочку.

— И чего ты все плачешь,



вушка, мало отличалась от городских сверстниц. Но почему накинула на голову платок? Только по привычке, воспитанной с детства — мама сердилась, если дети выбегали на улицу простоволосыми. Крепко держались за нее деревенские привычки!

На ступенях кинотеатра увидела его. Он стоял, всматриваясь в толпу. Она

ли разошлись. А она все стояла у входа и ждала, когда же он подойдет. Время шло, а ее никто не окликал. И тут ее осенила догадка, что его нет. Он ушел. Конечно, ушел с той девушкой, которую ждал. Она представила, как они идут вдвоем по улице, тесно прижавшись друг к другу. Как он согнул руку в локте, а она оперлась

сосватанное семечко? Нагулянка ты глупая, сиди смирно! — ворчала свекровь при хорошем настроении, а, раздосадовавшись, могла и отшлепать ребенка.

Вторая свекровь была мудрее. Просчитала семейную жизнь своего сына по ходам, как шахматную партию. Ребенка в дом не взяла. Отношения между сыном и ребенком невестки отрегулировала сразу, во время сватовства:

— Ты, Светочка, дядю Толю папой не называй. Называй просто: агай, — в переводе с удмуртского это означало «старший брат».

Толя пил. Свекровь понимала, что с алкоголиком уживется не каждая. Красивая и независимая — сбежит. Волевая загонит под каблук. А ее сыну нужна была покладистая, терпеливая, заботливая, молчаливая жена. Запасная мама. И такую нужно было искать среди невест

«второго сорта»: разведенки или старых дев. Она выбрала ее — невесту с живым «приданым».

Уходя из материнского дома, она думала, что оставляет свою девочку ненадолго. Оказалось, что навсегда. Дочку воспитывала бабушка, любившая повторять: «сирота при живых родителях».

В сочетании слов «живые родители» дочка начала вдумываться классе в пятом. Мама жива — это было очевидно. А где же папа? У каждого человека двое родителей. Значит, у нее тоже есть папа. Она стала спрашивать про него.

Мать отрезала: умер. Думала, что навсегда прекратил этот разговор.

Шли годы. Дочка выросла, сама вышла замуж, родила детей. Разговор про отца не возобновлялся. Да и когда им было разговаривать? Она жила своей жизнью. Тянула семью,

строила дом, вела хозяйство. Одним словом, пряталась. Сама с собой при этой лошадиной работе в прятки играла. Натрудится за день — упадет в постель, некогда думать о том, что дочь сиротой выросла, что внуков приласкать у нее морального права нет, а сама давно перестала ощущать себя женщиной. Думмы засыпали, а боль глаз не смыкала. Редким утром вставала без высохших слез на щеках.

Об отце Света начала спрашивать, когда передача по центральному телевидению про поиск потерянных родственников началась. А что она про него знала? Название деревни, в которой он родился, имя младшего брата помнила — видела однажды. С такими данными передача не нашла его.

А Света разыскала. Оказалось, что жили они за 300 километров друг от друга.

Виделись они уже. Сдружились сразу — кровь родная не водица, притягивает. И еще оказалось, что с той девушкой, что в кино он ходил, у него ничего не вышло. Поженились, да прожили недолго и детей не назвали.

И из кинотеатра он ушел не потому, что разговаривать с ней не захотел или посмеялся. Испугался, что она с его новой девушкой отношения выяснять начнет. Любил ее, потерять боялся. А она сдалась. Дочь без отца оставила. И за это себе прощения не находит. Он-то о том, что у него ребенок есть, сейчас только узнал.

А сейчас она едет к дочери. И он там будет. Света захотела, чтобы они, наконец, встретились. Жаль, что она этой встречи в нужное время добиться не смогла. 40 лет прошло...

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Хотите получать нашу газету регулярно?

Заполните подписной купон: отметьте месяцы, на которые вы решили подписаться, а также укажите свои фамилию, имя, отчество и почтовый адрес. Вырежьте бланк из газеты и поспешите в ближайшее почтовое отделение.

ВЕСТА



почтовый индекс			
код улицы			
дом	корпус	квартира	

город
село
область
район
улица

Министерство связи Российской Федерации

Ф. СП-1

газету **60672**
На журнал (индекс издания)

АБОНЕМЕНТ «Веста-М»

количество комплектов

На 20.... год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому

линия отреза

ПВ место литер

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА **60672**
(индекс издания)

газету **«Веста-М»**
На журнал (наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	Количество	
	переадрес.	руб.	комплектов	

На 20.... год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Фамилия, И.О.

Братья наши меньшие

КАК ВЫБРАТЬ ХОМЯКА

Сын уговорил нас купить ему в подарок хомяка. Пошли в зоомагазин, но зверьки показались нам слабыми, взъерошенными и как бы не совсем здоровыми. Решили купить хомячка на птичьем рынке у тех, кто их разводит. Но как выбрать здорового хомячка?



Прежде всего попросите продавца показать вам хомяков-самцов в возрасте двух месяцев. Они уже полностью самостоятельны, отлично адаптируются к новой обстановке и хорошо поддаются дрессировке. А самцам лучше жить в одиночестве, чем самкам. Из предложенных животных выберите гладкошерстного, за ним легче ухаживать ребенку. Обратите внимание на шерстку хомяка, у здорового животного она гладкая и блестящая, можете попробовать вырвать несколько волосинок, шерсть не должна легко выпадать. Конечно, чистыми, безо всяких выделений, должны быть нос и глаза животного. Но главное, надо обязательно заглянуть хомяку под хвост. Дело в том, что хомяки при неправильном уходе заболевают «мокрым хвостом» — опасной болезнью, когда от постоянного поноса у животного наступает обезвоживание, и оно погибает. Поэтому, если вы заметите влажную шерстку у заднего прохода, следы поноса на ней, такого хомячка не покупайте.

ВНИМАНИЕ! Обязательно дайте зверька в руки сыну, пусть подержит его, полюбуется, привыкнет к юркому питомцу. А вы внимательно смотрите: не заслезятся ли глаза у ребенка, не появится ли заложенность носа или насморк. Хомяки у многих вызывают аллергию. Вряд ли Вам захочется пристраивать недавно купленного зверька, если у мальчика начнется на него аллергия. Именно поэтому Ваш сын обязательно должен участвовать в покупке своего питомца. Но не ведите его на рынок, если у него легкий насморк, чтобы не перепутать симптомы, и сразу откажитесь от покупки хомяка, если мальчик уже страдает аллергией на что-то, особенно при контакте с другими животными.

НА ПРОГУЛКУ С ХОРЬКОМ

Мы недавно купили фретку (хорька). Пока он маленький, но потом его нужно будет выводить на прогулку. Нужен ли ему ошейник или лучше купить шлейку?



Поскольку хорьки очень подвижные и любопытные животные, с ними желательно гулять каждый день. Но для выгула подойдет только шлейка. Из ошейника Ваш юркий проказник запросто вылезет. Хорошо, если вы это заметите, потому что, выбравшись на свободу, хорек дом не найдет и назад никогда уже не вернется.

Вот поэтому лучше купить шлейку, которая охватывает шею и грудную клетку зверька, а к ней — растягивающийся поводок. Тогда Ваш питомец сможет исследовать в свое удовольствие округу, но не убежит. Главное, в своем опасении не затяните шлейку слишком туго. Потренируйтесь несколько раз дома, чтобы определить, на какие дырочки застегивать ремни. Они должны не душить животное, но сидеть достаточно плотно, чтобы хорек не смог освободиться.

Если есть возможность, гуляйте с хорьком дважды в день, но не в жару, ее хорьки переносят очень плохо, но зато обожают гулять по снегу.

НУЖНЫ ЛИ ВИТАМИНЫ МОРСКОЙ СВИНКЕ?

Моя любимая свинка так облысела, что на нее жалко смотреть. Может, ей не хватает витаминов?

Прежде всего, Вам следует помнить, что в преддверии холодов все животные начинают линять, готовясь к зиме. Но если шерсть после линьки не растет или растет плохо, давайте Вашей питомице витамины для грызунов. Комплексы витаминов составлены для разных целей. Купите те, что влияют на качество шерсти.



ВТОРАЯ СОБАКА

Сын был в лагере и подружился там со щенком, который прибил к лагерной кухне. Наш мальчик вырос рядом с собакой и очень любит этих животных. Когда закончилась смена, он стал просить нас забрать щенка с собой, иначе тот пропадет, когда лагерь закроется. Но дома у нас уже есть одна собака. Поладят ли они?

Во многих семьях живут по две и более собак, и не всегда они — родственники. Если Вы хотите сделать сыну приятное, заберите щенка уже сейчас, чтобы он, пока еще не закончились каникулы, смог сам за ним присмотреть. Ведь щенок, выросший в доме, и тот, кого подобрали на улице, совсем по-разному смотрят на жизнь. Первого Вы уже приучили терпеть от прогулки до прогулки, а щенка придется приучать ходить в туалет только на улице во время прогулки, поэтому первое время его придется выгуливать чаще двух раз в день.

Но прежде всего его следует отвезти к ветеринару, чтобы он осмотрел щенка, потом провести лечение против глистов, сделать прививки.

А вот что касается взаимоотношений собак, тут волноваться не стоит. Собаки, живущие в одном доме, быстро находят общий язык. Но Вы должны знать, что, во-первых, новый жилец очень быстро переймет все дурные привычки старожила, а во-вторых, никто не застрахован от щенячьих проказ, от которых Ваша семья уже отвыкла — это и погрызанные тапочки, и разбросанные вещи... Но, с другой стороны, если у старшего питомца есть привычки, от которых Вы хотите его избавить, дрессируя щенка, работайте с обеими собаками.

Кроме того, Вам придется какое-то время контролировать процесс еды, чтобы питомцы не воровали еду друг у друга. Не забывайте, что собаки ревнивы, поэтому Вам не следует уделять больше внимания новому питомцу, хотя это и естественно — он маленький и новичок в доме. Все-таки не забывайте приласкать и старого друга, поиграть с ним.

Поскольку Ваша собака старше, ей может быть сложно все время поддерживать бешеный ритм жизни щенка. Взрослая собака не может весь день бегать и играть, поэтому, хотя бы в то время, когда Вы дома, закрывайте взрослую собаку в другой комнате, чтобы она могла отдохнуть от щенячьих проказ.

И главная проблема. Вы не написали, какого пола обе собаки. Если они разнопородные, а незапланированные щенки известной породы Вам не нужны, то щенка, как только подрастет, следует стерилизовать. Во-первых, потому что в раннем возрасте собака легче перенесет операцию, а во-вторых, потомство от беспородной собаки Вам, скорее всего, не нужно.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА



СКАНВОРД

№ 7

Обряд бракосочетания	с	в	а	г	б	а	Венец монарха	Автор стихов	к	о	э	т
Регулярный большой торг	з	е	Преданность	з	Птица с сильным клювом	а	Белый продолговатый хлеб	Круглый предмет	р	Остановка в пути для отдыха	Рыболовное судно	р
Р	а	р	и	т	е	т	Оплошность, просчет	о	а	у	б	к
М	Редкая ценная вещь	н	Длинный волос в мехе	е	Оттенок речи, голоса	о	н	р	а	в	е	Большой сосуд
а	п	о	л	л	р	н	Рамка очков	о	р	а	к	у
р	Греческий бог, символ красоты	с	Опора в виде мужской фигуры	Верящий в успех	п	Имя писателя Бунина	Мера веса алмазов	н	Предсказатель	л	Русская плясовая песня	Драгоценный камень
к	Приемы для достижения цели	т	а	к	т	у	к	а	Оконный переплет	Хвойный лес	б	о
а	к	б	т	Ракита	ч	в	а	Ткань для пальто	г	р	а	н
Низкий женский голос	о	Завитая пряда волос	л	Месяц	м	а	р	т	Рисовая водка в Азии	а	р	а
Один в поле не ...	к	Имя няни Пушкина	а	р	и	н	а	Повозка	Менять шило на ...	м	ы	л
б	о	ч	н	Пряность	с	Успех, везение	т	ч	т	а	н	Котлета с начинкой
Знак зодиака	н	Рисунок на теле (жарг.)	т	а	т	у	Жилище белки	е	Большой кипятильник	е	Речная рыба	а
о	Открытие выставки	г	Старый ... лучше новых двух	н	Напиток из мякоти плодов	г	у	н	л	о	Чело	р
в	е	р	и	ч	с	а	м	Вечерняя еда	е	Мир, согласие	л	а
е	Сладкая ореховая масса	у	Черноморский курорт	с	о	з	ч	Бурное ненастье	з	р	ф	з
н	у	з	а	Сеточка для вышивки	к	а	н	в	а	Шкафчик для вин	к	а

Ответы на сканворд № 6 по горизонтали: сдоба, кетчуп, сахар, нос, гигант, обелиск, каблук, колье, рука, техникум, яшма, подарок, балык, мина, омут, дело, мадам, фасон.

По вертикали: эскимо, шпиг, лимон, коса, Адам, банкет, пахта, род, бахроме, окроп, кум, бутик, отсек, рулада, уникам, лес, эпос, мыло, склад, кон.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

— 200 баксов не разменяете?

— Нет. Но за комплимент — огромное спасибо.

☺ ☺ ☺

Оптимист проходит психологический тест.

Психолог:

— У вас умер дедушка...

Оптимист:

— А у меня еще один есть!

— ...И вы опаздываете на похороны...

— А я сяду в машину и по газам!

— Нет, вы боитесь ездить за рулем.

— А я выпью для храбрости бутылку водки!

— Вот! И вас, пьяного, останавливает «гаишник»...

— А я договорюсь!..

— Не договоритесь — это женщина.

— А я познакомлюсь!..

— Но она страшная!..

— А я-то уже пьяный!!

☺ ☺ ☺

Жена жалуется мужу:

— Представляешь, вырубает тот парк, где мы с тобой впервые встретились...

— Вот идиоты! Деревья-то при чем?!

☺ ☺ ☺

Молодой муж после свадьбы говорит приятелю:

— Сегодня у моей жены начинается медовый месяц.

— Только у нее?

— Но ты же знаешь, что я — диабетик...

☺ ☺ ☺

Приносит муж домой только что купленный телевизор.

На упаковке изображены различные значки. Жена

интересуется:

— А зачем на упаковке нарисована рюмка?

— Это значит, что покупку нужно обязательно обмыть!..

☺ ☺ ☺

— Моя жена — очень скромная женщина. Она никогда ни о чем не просит.

— Моя тоже. Только приказывает...

☺ ☺ ☺

— Тань, ну перестань ты быть такой ревливой...

— Ты опять меня Таней назвал?!



Летом много праздников — серьезных и не очень — государственных, международных, церковных. А к каждому празднику нужны свой подход, своя рецептура!

Мы постарались и на все праздничные случаи нашли для вас подходящие рецепты.

Кушайте и будьте здоровы!

Очередные спецвыпуски издательства «Веста-М» появились в продаже. Спрашивайте в киосках вашего города. Тираж ограничен.



ЧИТАЙТЕ В ИЮЛЬСКОМ
НОМЕРЕ:

- ◆ Ягодный сезон
- ◆ Слышу шум... в ушах
- ◆ Здоровое старение
- ◆ Пчелы против угрей
- ◆ И многое другое...



**В продаже
с 25
июня**

В каталоге
«Почта России».
Второе полугодие
2016

**ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:**

В каталоге
«Пресса России».
Газеты и журналы».
Второе полугодие 2016

15510



В каталоге
русской прессы.
Второе полугодие
2016

60673

Июль

ISSN 1818-7684



9 771818 768369

16007

